

# KUMPULAN 50 TANYA JAWAB (3)

## Di Website Buddhis 'Samaggi Phala'

### Oleh Bhikkhu Uttamo

01. Dari: **Rudi Hardjon Dhammaraja (Lim)**, Medan, Sumatera Utara  
Namo Buddhaya,  
Bhante dalam Ratana Sutta dinyatakan "Serta tak dapat melakukan enam kejahatan berat" Apakah yang dimaksud dengan enam kejahatan berat tsb?  
Dan dalam Pattidana "Makhluk2 yang berada di alam semesta .... terdiri dari lima, satu atau empat bagian" Apakah itu lima, satu atau empat bagian?  
Terima kasih atas jawaban Bhante.  
Karena Bhante sudah sangat lama tidak berkunjung ke Vihara Mahasampatti, Kapan Bhante akan berkunjung di Medan ?

#### **Jawaban:**

1. Enam kejahatan berat itu, dalam salah satu sumber dikatakan sebagai:
  - a. Membunuh ayah
  - b. Membunuh ibu
  - c. Melukai seorang Buddha
  - d. Membunuh Arahatta
  - e. Memecah belah Sangha
  - f. Mengajarkan yang Adhamma
2. Dalam Dhamma, mahluk pada umumnya terdiri dari lima bagian yaitu badan, perasaan, pikiran, ingatan dan kesadaran. Namun, seperti yang telah disebutkan dalam *Ratana Sutta* tersebut, terkadang dijumpai mahluk yang unsurnya kurang dari lima bagian.
3. Tentang jadwal kunjungan saya ke Medan, sampai saat ini masih belum bisa ditentukan. Semoga keterbatasan dapat dimaklumi.  
Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

02. Dari: **Ferry Liang**, Yogyakarta  
Namo Buddhaya,  
Banthe, saya mau bertanya lagi ... terimakasih sebelumnya ...  
Begini Banthe, apakah Sang Buddha pernah dan memang mempunyai murid yang tak dapat melihat (buta)? Apakah orang yang tidak dapat melihat, dapat mencapai pencerahan? Karena ada yang mengatakan bahwa "Sang Buddha memperoleh pencerahan melalui inisiasi..." dan karena tidak dapat melihat maka orang yang tidak dapat melihat tersebut tidak dapat mendapatkan inisiasi (bentuk cahaya, pancaran) maka ia tak dapat mencapai kesempurnaan...  
Atas penjelasan Banthe, saya ucapkan terimakasih.

Semoga semua makhluk berbahagia dan menambah saddha kami semua....  
sadhu..sadhu....

**Jawaban:**

Pencerahan yang dimaksudkan dalam Dhamma adalah bersifat batin yaitu ketika pikiran seseorang telah terbebas dari ketamakan, kebencian, dan kegelapan batin. Pencerahan batin ini tidak berhubungan dengan kelengkapan fisik. Oleh karena itu, walaupun fisik seseorang mempunyai kekurangan, buta misalnya, ia masih memiliki kesempatan yang sama untuk mencapai kesucian. Di jaman Sang Buddha memang ada seorang bhikkhu yang buta dan mencapai kesucian.

Sang Buddha mencapai pencerahan adalah karena usaha dan perjuangan Beliau sendiri tanpa melibatkan pihak lain. Oleh karena itu, pencerahan Sang Buddha jelas tidak melalui inisiasi. Demikian pula dengan pencapaian kesucian para murid Sang Buddha, mereka semua juga tidak memerlukan orang lain untuk inisiasi. Semua diperoleh dari hasil perjuangannya sendiri. Pengertian tentang hal ini dapat dibaca pada:

*Dhammapada XII,9:*

*Oleh diri sendiri kejahatan dilakukan, oleh diri sendiri pula seseorang ternoda. Oleh diri sendiri kejahatan tidak dilakukan, oleh diri sendiri pula seseorang menjadi suci. Suci atau tidak suci tergantung pada diri sendiri; tak seorangpun yang dapat mensucikan orang lain.*

*Dhammapada III, 11:*

*Bukan seorang ibu, ayah ataupun sanak keluarga lain yang dapat melakukan; melainkan pikiran sendiri yang diarahkan dengan baik yang akan dapat mengangkat derajat seseorang.*

Semoga penjelasan ini dapat memberikan kebahagiaan dan meningkatkan keyakinan kita semua. Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

03. Dari: **Vivi**, Jakarta

Namo Budhaya,

Apakah kita bisa membuat karma seseorang menjadi lebih ringan dengan mendoakan orang tersebut, misalnya kita mendoakan seorang penjahat yang belum bertobat.

Terima kasih

**Jawaban:**

Mendoakan orang lain adalah merupakan suatu kebajikan yang buah kebahagiaannya akan dapat dirasakan oleh si pelaku kebajikan atau orang yang mendoakan.

Sedangkan, kalau doa itu ditujukan agar karma orang lain menjadi lebih ringan, atau agar seseorang menjadi bertobat, mungkin hal ini agak sulit dicapai karena tobat atau tidak tobat, segalanya tergantung pada keputusan pribadi orang tersebut, bukan karena doa orang lain. Hal ini telah disebutkan dalam:

*Dhammapada XII, 9: Oleh diri sendiri kejahatan dilakukan, oleh diri sendiri pula*

*seseorang ternoda. Oleh diri sendiri kejahatan tidak dilakukan, oleh diri sendiri pula seseorang menjadi suci. Suci dan tidak suci tergantung diri sendiri; tak seorang pun yang dapat mensucikan orang lain.*

Semoga perenungan pada ayat Dhammapada ini akan dapat memberikan pengertian yang benar.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

04. Dari: **Yanti**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante saya ada beberapa pertanyaan titipan, semoga Bhante berkenan u/menjawabnya.

Begitu Bhante, kalo kita baca paritta di rumah kita sendiri, bolehkah terjemahan parita "Semoga..... Anda Berbahagia" atau lain2x, diganti dengan kata "Semoga.....SAYA Berbahagia" karena kita membaca sendirian.

Kalo boleh, apakah Parittanya juga dirubah?

Pertanyaan kedua adalah:

Karena saya sangat tertarik dengan dengan hal-hal yang berbau Hongsui, saya sangat ingin mempelajarinya.

Apakah dalam agama Buddha itu diperbolehkan? Karena menurut hemat saya manusia itu cenderung ingin hidupnya lebih baik dan lebih baik lagi, salah satu usahanya adalah menyasatin dengan Ilmu Tata Letak Hongsui.

Terima Kasih. Sebelumnya saya ucapkan.

**Jawaban:**

1. Memang ada beberapa paritta yang dalam penggunaannya dapat disesuaikan dengan kebutuhan. Hal ini misalnya dengan menggantikan kata 'anda' menjadi 'saya'. Namun, penggantian arti ini hendaknya juga disesuaikan dengan penggantian kata dalam paritta yaitu dari kata 'te' yang artinya 'anda' menjadi 'me' yang artinya 'saya'. Sebagai contoh, dapat diamati pada gatha berikut ini:

*Bhavatu sabbamanggalang  
Rakkhantu sabbadevata  
Sabbabuddha/ dhamma/ sanghanubhavena  
Sada sotthi bhavantu te / ME*

Terjemahan:

Semoga semua berkah ada pada Anda

Semoga para dewa melindungi Anda

Dengan kekuatan semua Buddha/ Dhamma/ Sangha

Semoga kesejahteraan ada pada Anda / **SAYA**

2. Hongsui yang arti sesungguhnya adalah 'angin-air' itu sebenarnya merupakan arsitektur Tiongkok Klasik. Dalam pandangan Buddhis, pengertian tentang hongsui

adalah termasuk tradisi yang masih diperbolehkan untuk dilakukan oleh para umat Buddha yang mempercayainya. Namun hal yang penting diingat adalah bahwa ketika seseorang mempercayai dan mempelajari suatu tradisi, ia hendaknya mengetahui dengan jelas bahwa hal tersebut adalah tradisi, bukan Agama Buddha. Demikian pula sebaliknya, ketika seseorang mempelajari Buddha Dhamma yang bertujuan untuk membersihkan pikiran dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin, hendaknya ia tidak menganggapnya sebagai suatu tradisi belaka.

Semoga penjelasan ini bermanfaat dan memberikan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

05. Dari: **Ming**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, saya adalah umat yang baru benar2 mendalami Buddhisme. Sekarang sedang merintis usaha wiraswasta. Oleh karena baru merintis, saya tidak lagi mempunyai kesempatan untuk ikut kebaktian di Vihara. Terlalu disibukkan oleh kegiatan usaha. Tetapi saya sangat ingin belajar meditasi. Saya telah mencoba beberapa kali, tetapi akhirnya timbul ketakutan karena pernah membaca bahwa orang bisa menjadi gila karena salah metode meditasi. Padahal sebelum membaca artikel itu, saya merasa tidak ada masalah dengan latihan saya. Hanya saja sepertinya saya masih harus berlatih keras untuk mengendalikan pikiran yang tidak terfokus.

Pertanyaan saya: bolehkah apabila saya belajar meditasi sendiri dengan objek napas yang keluar-masuk tanpa bimbingan?

Terimakasih, Bhante.

**Jawaban:**

Latihan meditasi adalah merupakan hal pokok dalam melaksanakan Ajaran Sang Buddha. Latihan meditasi dapat menggunakan berbagai macam obyek. Salah satu obyek yang banyak dianjurkan oleh para guru meditasi adalah memperhatikan proses masuk dan keluarnya pernafasan. Timbulnya pandangan bahwa meditasi bisa menjadikan seseorang menjadi gila adalah karena beberapa penyebab. Penyebab utama, selain karena memang ia sudah punya kecenderungan gila, pikiran pelaku meditasi tidak terfokus pada obyek yang telah dipilihnya. Pikirannya hanyut terlalu jauh dengan berbagai bentuk pikiran yang muncul selama bermeditasi. Ia seakan mampu mendengar suara tertentu, ia seakan dapat melihat berbagai makhluk dan sebagainya. Padahal, sebagian besar pengalaman batin seperti itu disebabkan oleh pikirannya sendiri. Kepastian tentang kebenaran yang ia rasakan ini sebaiknya didiskusikan dengan orang yang berpengalaman bermeditasi.

Sebaliknya, apabila pelaku meditasi selalu berusaha dan akhirnya mampu memusatkan perhatian pada obyek, ia tidak akan menjadi gila. 'Memusatkan perhatian' yaitu ketika pelaku meditasi berusaha untuk terus memperhatikan obyek terpilih misalnya masuk dan keluarnya pernafasan, walaupun adalah hal biasa kalau pikirannya menyimpang memikirkan hal lain. Ia hendaknya segera menyadari gerakan pikiran ini dan perhatiannya harus segera dikembalikan pada obyek. Ketika

pikirannya bergerak lagi, ia harus mewaspadainya dan mengembalikan perhatian pada obyek. Demikian seterusnya. Pada prinsipnya, apapun pengalaman yang ia merasa lihat, rasa, bau dan sebagainya, hendaknya segera dikembalikan pada obyek sehingga pikirannya menjadi terpusat, jangan diikuti.

Setelah mahir memusatkan pikiran pada obyek selama yang ia sukai, maka ia dapat mulai mengamati segala gerak gerik pikiran yang menyimpangkan perhatian pada obyek tersebut. Artinya, apabila semula ia hanya memperhatikan proses masuk keluarnya pernafasan saja, kini ia justru menjadikan segala gerak gerik pikiran sebagai obyek meditasi. Ketika pikiran menyimpang, ia selalu waspada dan menyadarinya. Ia akan mengerti bahwa gerak pikiran itu akan segera lenyap ketika disadari. Ia juga akan mengerti bahwa segala sesuatu yang terjadi pada dirinya akan menjadi lenyap ketika disadari. Suka, duka, sedih, kecewa, sakit dan penderitaan semuanya menjadi lenyap ketika disadari. Ia akan mencapai tahap pemahaman bahwa segala sesuatu di alam ini adalah tidak kekal, hanya timbul dan seketika itu pula lenyap. Batinnya menjadi tenang dan bahagia. Ia terbebas dari kemelekatan. Ia terbebas dari ketakutan, kebencian dan kegelapan batin.

Dengan menggunakan prinsip dasar meditasi seperti yang diuraikan di atas, pelaku meditasi tidak lagi memiliki kesempatan untuk menjadi gila. Hal ini karena pada latihan tahap pertama ia selalu memusatkan perhatian pada obyek, sedangkan tahap berikutnya, ia menyadari bahwa segala bentuk pikiran yang muncul akan segera lenyap ketika diamati.

Memang, idealnya meditasi untuk tahap lanjutan membutuhkan bimbingan khusus dari orang yang Anda anggap mampu untuk memberikan petunjuk. Apalagi di tengah kesibukan, Anda dapat menyediakan waktu untuk berlatih meditasi di vihara, paling sedikit 10 hari sampai dengan 14 hari dalam setahun. Kebiasaan ini akan dapat meningkatkan kualitas meditasi Anda.

Semoga dengan keterangan ini akan membangkitkan semangat Anda untuk terus melatih meditasi.

Semoga kemajuan dalam usaha dan meditasi akan menjadi milik Anda.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

06. Dari: **Agus**, Medan

Namo Buddhaya,

Saya ingin bertanya:

1. Bagaimana cara melaksanakan meditasi pernafasan dan metta bhavana?
2. Apa manfaat dari membaca paritta?
3. Apakah membaca paritta ada manfaatnya bila kita tidak mengetahui artinya?

**Jawaban:**

1. Meditasi pernafasan pada dasarnya adalah memperhatikan proses pernafasan yang berjalan secara alamiah, seperti yang dilakukan setiap saat. Jadi, pelaku meditasi tidak perlu mengatur pola irama masuk keluarnya pernafasan, demikian pula dengan posisi lidah dan sebagainya. Pada prinsipnya, pelaku meditasi hendaknya menyadari dengan tepat dan cermat saat nafas masuk dan keluar. Pikiran hendaknya dapat mengenali saat nafas masuk dengan menyebutkan dalam hati kata: 'masuk' dan 'keluar' ketika nafas keluar. Apabila pikiran menyimpang, hendaknya ia berusaha dengan tekun dan penuh semangat untuk memusatkan kembali pada obyek. Lakukan usaha ini terus menerus sampai pikiran dapat terpusat pada obyek selama waktu yang diinginkan. Tahap inilah yang merupakan tanda keberhasilan awal latihan meditasi dengan obyek pernafasan. Apabila telah mencapai tahap ini, maka pelaku meditasi disarankan untuk menghubungi orang yang dianggap mampu dan berpengalaman dalam meditasi agar mendapatkan pengarahan selanjutnya.

Pelaksanaan *metta bhavana* atau meditasi cinta kasih dapat menggunakan berbagai macam obyek. Namun, dalam kesempatan ini hanya akan dikenalkan satu macam obyek saja yang sederhana dan lebih mudah dilaksanakan. Obyek meditasi cinta kasih ini adalah dengan mengucapkan dalam hati sebanyak mungkin selama duduk bermeditasi kalimat: “**semoga semua makhluk berbahagia**”. Selama bermeditasi, setiap pikiran memikirkan hal lain, hendaknya pelaku meditasi segera menyadari hal ini dan segera memusatkan kembali perhatiannya pada pengucapan kalimat tersebut. Demikianlah hal ini dilakukan terus menerus dengan tekun dan bersemangat.

2/3. Membaca paritta yang sesungguhnya merupakan kotbah Sang Buddha, walaupun tidak mengerti artinya akan tetap dapat memberikan manfaat untuk si pembaca. Selama membaca paritta, ia memiliki kesempatan berbuat baik melalui ucapan, pikiran dan perbuatannya. Hal ini karena selama membaca paritta, seseorang akan dapat memusatkan perhatian pada paritta yang sedang dibacanya sehingga pikiran tidak banyak memiliki kesempatan untuk memikirkan hal yang lain, demikian pula dengan ucapan dan perbuatannya. Oleh karena itu, semakin banyak waktu yang dipergunakan orang untuk membaca paritta setiap harinya, maka semakin banyak pula kebajikan yang ia timbun melalui pikiran, ucapan dan perbuatannya. Apabila ia membaca paritta selama 15 menit setiap hari, maka dalam satu bulan yang 30 hari, ia telah melakukan kebajikan dengan ucapan, perbuatan dan pikiran selama 7,5 jam. Kebajikan ini tentu akan semakin berlipat apabila kebiasaan membaca paritta tersebut dilakukan rutin selama bertahun-tahun.

Namun, adalah hal yang jauh lebih baik apabila orang mengerti isi paritta yang dibacanya. Hal ini karena isi paritta sebagian besar adalah kotbah Sang Buddha tentang pelaksanaan kebajikan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, selama ia membaca paritta, ia dapat pula merenungkan arti kotbah Sang Buddha tersebut. Ia kemudian dapat bertekad untuk melaksanakan Ajaran Sang Buddha itu dalam kehidupannya sehari-hari sesuai dengan hasil perenungannya. Dengan demikian, ia akan menjadi orang yang lebih baik dan terus bertambah baik setiap harinya.

***Dhammapada XI, 7:***

*Orang yang tidak mau belajar akan menjadi tua seperti sapi;  
dagingnya bertambah tetapi kebijaksanaannya tidak berkembang.*

Semoga hal ini dapat direnungkan.  
Semoga hal ini dapat memberikan kebahagiaan.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

07. Dari: **Adi**, Surabaya

Namo Buddhaya,

1. Saya ingin bertanya bagaimanakah pendapat Bhante pribadi dan bagaimana sikap Sangha Theravada terhadap perkembangan aliran Maitreya? Selain itu bagaimanakah kebaikan dan kekurangan aliran ini menurut Bhante ?

2. Apakah Bhante pribadi setuju dengan pola vegetarian yang mereka terapkan?

3. Banyak umat aliran Buddhis lain yang mengatakan aliran Maitreya ini merupakan aliran yang sesat karena Maitreya sendiri belum dilahirkan, bagaimana menurut pendapat Bhante pribadi?

4. Apakah selama ini pernah ada pertemuan antara pihak Theravada dengan aliran Maitreya? Bila pernah mengenai apa?

5. Menurut Bhante, apakah harus seseorang melakukan meditasi baru bisa mencapai kesempurnaan ? Apakah tidak bisa dengan cara lain?

Sebelumnya saya ucapkan terima kasih atas jawaban yang Bhante berikan, semoga ini menjadi pelajaran Dhamma yang berguna terhadap kehidupan saya.

**Jawaban:**

1. Selama suatu aliran mengajarkan para pengikutnya untuk mengembangkan kebajikan, mengurangi kejahatan dan juga membersihkan batin dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin, maka aliran itu tentunya merupakan aliran yang baik. Apapun nama aliran itu tidaklah menjadi masalah. Mengenai pandangan tentang kebaikan dan kekurangan suatu aliran sesungguhnya tidak mudah ditentukan di sini tanpa memberikan kesempatan para pemuka aliran itu menyampaikan pendapat dan ajarannya terlebih dahulu. Sedangkan, sampai saat ini Sangha Theravada Indonesia tidak mempunyai sikap khusus terhadap aliran Maitreya ini.

2. Pola hidup untuk tidak makan daging atau vegetarian ini bukan hanya dilakukan oleh aliran Maitreya saja. Beberapa aliran Agama Buddha dan juga aliran lain pun melakukannya pula. Hal ini tidaklah masalah. Sang Buddha juga memperkenankan orang untuk vegetarian walaupun perilaku itu bukanlah menjadi keharusan umat Buddha. Vegetarianisme ini adalah hal yang baik selama orang yang melakukannya menyadari bahwa pola hidup yang ia pilih tersebut merupakan salah satu bentuk latihan pengendalian diri. Ia mengendalikan diri dari keinginan dan nafsunya sendiri. Pengendalian diri yang dapat digolongkan sebagai *sila* ini menjadi dasar untuk mengembangkan batin dalam meditasi sehingga ia dapat terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Dengan demikian, setelah mengendalikan diri melalui makanan, masih cukup banyak tahap yang harus dilalui seseorang untuk mencapai kesucian. Oleh karena itu, hendaknya ia menyadari bahwa bukan karena pola makan saja seseorang dapat mencapai kesucian. Jadi, ia tidak boleh memaksakan kehendak agar semua orang mengikuti pola hidupnya ini. Apabila hal tersebut dapat

dilakukannya, maka vegetarianisme ini tentunya tidak membawa masalah untuk dirinya sendiri maupun lingkungannya.

3. Sesat atau benarnya suatu aliran tentunya harus dilihat dari TUJUAN suatu aliran didirikan. Kalau aliran itu bertujuan untuk:

- Mengurangi rangsangan indria dan pikiran.
- Membebaskan diri dari dukkha.
- Menghindarkan diri dari pemupukan kekotoran batin.
- Memberikan kepuasan pada yang sedikit.
- Memberikan kepuasan dan kebahagiaan pada apa yang telah dimiliki.
- Meningkatkan semangat dalam berusaha.
- Memberikan rasa mudah untuk dirawat dan dibantu.
- Menimbulkan rasa suka untuk tinggal di tempat yang sepi khususnya bagi seorang bhikkhu. (*Kitab Anguttara Nikaya IV, 280*)

dan juga tidak bertentangan dengan Ajaran Sang Buddha yang terdapat dalam **Brahmajala Sutta** yang berisikan 64 Pandangan Salah, maka tentunya aliran tersebut dapat diterima.

4. Selama ini, karena minimnya informasi yang saya miliki, tampaknya pertemuan antar kedua LEMBAGA tersebut masih belum pernah diadakan. Namun, mungkin saja pendapat saya ini masih kurang benar. Kalau memang keliru, silahkan memberikan informasi yang lebih lengkap kepada saya. Anumodana. Sedangkan kalau pertemuan antar UMAT Maitreya dan Theravada, kiranya sudah banyak terjalin dalam masyarakat. Pertemuan dan persahabatan antar dua orang dengan aliran yang berbeda adalah merupakan hal yang wajar dan manusiawi. Seseorang mengikuti suatu aliran tertentu bukanlah menjadikannya sebagai orang asing yang tidak boleh dihubungi ataupun disentuh. Seseorang memilih suatu aliran adalah karena kecocokan pribadinya. Kalau memang ia merasa cocok dengan aliran itu, biarkan saja hal itu terjadi karena pilihannya tersebut adalah merupakan urusan pribadinya. Sedangkan, ia bergaul dan bersosialisasi adalah haknya. Keduanya tentu harus dibedakan dengan jelas.

5. 'Kesempurnaan' yang dalam Buddha Dhamma diartikan sebagai batin terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin, maka memang hanya dapat dicapai dengan latihan meditasi yang tekun. Keberhasilan dalam latihan meditasi ini sangat dipengaruhi oleh semangatnya untuk melakukan kerelaan (*dana*) dan kemoralan (*sila*).

Semoga penjelasan berbagai hal ini dapat meningkatkan kualitas Dhamma kita semua.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

08. Dari: **Erwin**, Irvine, USA  
Namo Buddhaya,



Jika Nibbana itu adalah tidak berkondisi dan maka dari itu, ia tidak terceritakan (tak bisa digambarkan dengan kata-kata), maka apakah warna, perasaan kecewa, sakit dan gembira, serta rasa manis, asam, pedas dan pahit yang tak bisa terceritakan dengan kata-kata, juga tidak berkondisi?

Terima kasih, Bhante.

Semoga semua makhluk berbahagia,

**Jawaban:**

Pengertian 'Tidak berkondisi' adalah tidak terpengaruh apapun juga, misalnya saja: tidak bisa tua karena waktu, tidak bisa mati karena pengaruh cuaca yang ekstrim, dlsb. Sedangkan 'Tidak bisa diceritakan' itu adalah SALAH SATU kualitas dari yang 'tidak berkondisi', namun bukan satu-satunya. Contoh tentang pengertian ini misalkan seekor kambing yang salahsatu kualitasnya adalah berkaki empat, namun, tidak semua mahluk berkaki empat adalah kambing. Demikian pula dengan yang 'tidak terceritakan' bukan selalu 'tidak berkondisi'.

Jadi, warna, segala perasaan dsb itu memang keadaan yang 'tidak terceritakan', namun ia masih berkondisi. Warna, misalnya, akan bisa pudar karena pengaruh cuaca; kecewa bisa menjadi gembira setelah berlalu beberapa waktu lamanya. Jadi, segalanya itu masih bisa berubah tergantung kondisinya. Hal ini yang menunjukkan bahwa kesemuanya itu walaupun 'tidak terceritakan' bukanlah hal yang 'tidak berkondisi' sebagaimana Nibbana. Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

09. Dari: **Tonny W.**, Jakarta

Namo Buddhaya.

Bagaimana caranya melakukan vipassana dlm kehidupan sehari hari?

**Jawaban:**

Melaksanakan *Vipassana Bhavana* di vihara pada waktu-waktu tertentu adalah merupakan latihan untuk membiasakan pikiran agar selalu sadar setiap saat. Namun, hal yang lebih penting daripada itu justru pelaksanaannya dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang mengembangkan *Vipassana* dalam kehidupan sehari-harinya, hendaknya selalu mengisi pikirannya dengan pertanyaan: SAAT INI SAYA SEDANG APA? Dengan demikian, setiap ia bertindak, berbicara, dan berpikir, ia akan selalu menyadarinya. Demikian pula, ketika ia sedang merasa sedih, bahagia, marah dan sebagainya, hendaknya ia selalu menyadarinya. Dengan kesadaran total inilah ia akan dapat memahami dengan jelas bahwa segala gerak gerik pikiran itu akan selalu lenyap semuanya ketika disadari dan diamati. Ia akan menyadari dengan bijaksana bahwa kehidupan ini tidak kekal, hanya proses tanpa inti. Segalanya timbul dan tenggelam hanya karena pikirannya sendiri. Batinnya akan menjadi tenang seimbang. Ia akan terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Inilah yang menjadi tujuan akhir seorang umat Buddha. Semoga jawaban ini dapat

memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

10. Dari: **Ervina**, Banjarmasin

Namo Buddhaya,

Saya mau menanyakan:

1. Apakah fungsinya kita ke Vihara atau sering membaca paritta suci? Karena di dalam Agama Buddha, keadaan seseorang bukan berdasarkan seringnya 'berdoa' melainkan timbangan karma baik dan buruk.
2. Apakah ada perbedaan karma baik yang dihasilkan bila membaca paritta di Vihara atau di rumah sendiri?

Anumodana atas jawaban Bhante.

Semoga Semua Makhluk Berbahagia.

**Jawaban:**

1. Memang benar bahwa semua perilaku atau karma sendiri itulah yang akan menentukan kebahagiaan dan penderitaan seseorang. Justru itulah, pergi ke vihara dan membaca paritta juga termasuk karma baik. Disebutkan dalam *Mangala Sutta* bahwa "Mendengarkan dan berdiskusi Dhamma adalah Berkah Utama". Artinya, seseorang pergi dan mengikuti kebaktian di vihara, ia sebenarnya mempunyai kesempatan untuk mendengarkan dan berdiskusi Dhamma. Keduanya adalah merupakan perilaku yang diajarkan dalam Buddha Dhamma. Hal ini karena ketika ia sedang membaca paritta yang berisikan kotbah Sang Buddha, ia sesungguhnya sedang mendengarkan Dhamma yang diuraikan oleh Sang Buddha. Kalaupun ia tidak memahami isi paritta yang dibacanya karena keterbatasan bahasa, selama ia membaca paritta, ia masih memiliki kesempatan untuk mengembangkan kebajikan melalui pikiran, ucapan serta perbuatannya. Apalagi bila ia telah dapat mengerti isi paritta yang dibacanya, maka tentunya akan bangkit semangatnya untuk selalu memperbaiki perilaku hidupnya sesuai dengan petunjuk Sang Buddha yang terdapat dalam paritta tersebut. Inilah tambahan karma baik selain membaca paritta di saat kebaktian di vihara. Dengan menambah kebajikan sebanyak yang mampu dikerjakan, seseorang akan mempunyai kondisi untuk mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya.

2. Membaca paritta di manapun saja sebenarnya mempunyai 'nilai' karma baik yang sama. Namun, dengan pergi dan mengikuti puja bakti di vihara, seseorang bukan hanya punya kesempatan membaca paritta saja, namun, ia juga dapat mendengarkan ceramah Dhamma yang diuraikan oleh Dhammaduta, ia juga bisa bersosialisasi dengan sesama umat, ia juga bisa berlatih menyanyikan lagu Buddhis yang tentunya juga menambah kesempatan berbuat baik lagi, serta berbagai kegiatan positif lainnya. Dengan demikian, mengikuti puja bakti di vihara bukan hanya sekedar membaca paritta, melainkan juga akan memperoleh kebajikan lainnya yang akan bermanfaat untuk meningkatkan timbunan kebajikan yang dimilikinya. Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,  
B. Uttamo

---

11. Dari: **Connie**, Serpong, Tangerang

Namo Buddhaya, Bhante

Pada sebuah page saya membaca tentang Buddhist Pilgrimage. Saya tertarik dengan hal tersebut karena pada bulan Mei tahun lalu saya ke India untuk maksud tersebut (dan sebelum pergi, saya sempat bertanya kepada Bhante mengenai segala sesuatu yang perlu saya perhatikan bila "berziarah Buddhis" tersebut, semoga Bhante masih ingat saya). Yang membuat saya tertarik dalam page yang saya baca itu adalah tulisan ini:

"Pilgrimage means a journey to a holy or a sacred place. So the person who goes on such a journey is known as a pilgrim. The Buddha told his chief attendant Ananda that there are four places that a believer in the Dhamma should visit with respect. They are; the Buddha's birthplace, place of enlightenment, the place of his first sermon and the place where he passed away into Parinibbana (final enlightenment and the end of rebirth). If any pilgrim should die along the pilgrimage route, because of their good intention and their state of mind, they are sure to be reborn in deva loka (heaven)". (Venerable Dhammarakkhita).

Benarkah demikian?

Terimakasih, Bhante.

**Jawaban:**

Memang dalam *Mahaparinibbana Sutta* diuraikan bahwa mereka yang telah berkunjung ke empat tempat suci tersebut akan terlahir di alam surga. Hal ini juga telah dijelaskan dalam kutipan di atas bahwa kunjungan orang ke empat tempat suci di India itu sebenarnya berdasarkan pikiran baik sehingga akan menimbulkan kebahagiaan untuk waktu yang lama. Dengan demikian, pada saat ia akan meninggal, pikiran akhirnya adalah rasa bahagianya ketika mengunjungi keempat tempat suci tersebut. Kondisi pikiran bahagia inilah yang akan menyebabkannya terlahir di alam surga. Jadi, sebenarnya, penyebab seseorang terlahir di alam surga tersebut adalah karena pikiran baik dan timbunan karma baik yang dimilikinya. Kunjungan ke empat tempat suci di India itu adalah merupakan kondisi untuk membangkitkan pikiran baik di saat menjelang kematian.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan meningkatkan keyakinan.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

12. Dari: **Andy**, Melbourne

Namo Buddhaya,

Bhante saya ada pertanyaan,

Apakah ada perbedaan diantara 'kewaspadaan' dan 'kesadaran', bagaimana cara

membedakannya? Terutama dalam bermeditasi...  
anumodana atas jawabannya...  
sukhi hotu

**Jawaban:**

Dalam bermeditasi dikenal adanya dua hal yang sangat berkaitan seperti yang diuraikan dalam *Anggutara Nikaya I, 95* dan *Digha Nikaya III, 273* yaitu:

1. *Sati* atau Kesadaran yaitu kemampuan seseorang untuk mengembalikan perhatian pada obyek meditasi yang telah ditentukan sebelum mulai bermeditasi. Apabila pikiran bergerak menjauhi obyek, kesadaran akan berusaha untuk mengembalikannya kepada obyek. Hal ini akan terus menerus dilakukan oleh orang yang sedang meditasi.

2. *Sampajannya* atau kewaspadaan adalah kemampuan untuk mempertahankan kesadaran yang telah dimiliki sebelumnya. Jadi, pada awalnya pikiran pelaku meditasi selalu bergerak dan segera dikembalikan kepada obyek, namun, dalam tahap ini, pikiran akan selalu terpusat pada obyek yang telah dipilihnya. Pelaku meditasi dapat menentukan saat ia harus memegang maupun melepaskan obyek meditasi.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

13. Dari: **Hadi**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, sebelumnya saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bhante yang menjawab pertanyaan saya mengenai Nibbana. Saya pribadi sangat puas dengan jawaban Bhante.

Bhante,hal yang ingin saya tanyakan kali ini ialah mengenai meditasi, adapun pertanyaan saya yaitu:

1.Apakah seseorang yang dalam masa hidupnya mencapai Jhana dalam meditasi setelah kematiannya ia akan dilahirkan di alam Brahma

2.Apa benar di alam dewa masih terjadi peperangan?

3.Bhante,selama ini saya sering bermeditasi dan dalam kurun waktu 5 atau 10 menit setelah memulai meditasi saya sering merasa mata saya seperti terhisap kedalam dan tepat di tengah kening saya terasa ada tekanan dan saya melihat seperti memasuki lorong berwarna biru tetapi kemudian lepas kembali. Apakah itu termasuk hambatan atau mungkin Bhante mempunyai pendapat lain mengenai persoalan yang saya alami ini?

(Saya sangat mengharapkan jawaban dari Bhante karena saya tidak mempunyai pembimbing meditasi dan saya selalu mengalami hal tersebut selama meditasi)

Terima Kasih

**Jawaban:**

1. Seorang yang mencapai *Jhana* dalam bermeditasi, baik *Rupa Jhana* maupun *Arupa Jhana*, setelah meninggal dunia ia akan terlahirkan kembali di Alam Brahma sesuai dengan pencapaian Jhana-nya. Hal ini dapat dilihat pada:

TABEL ALAM-ALAM KEHIDUPAN dari Website Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

2. Dalam salah satu sumber dikatakan bahwa ada beberapa penyebab kematian dewa yaitu:

- a. Karmanya telah habis
- b. Kemarahan yang timbul dalam dirinya
- c. Kelaparan yang dirasakannya

Dari ketiga penyebab kematian dewa tersebut dapatlah dimengerti bahwa tampaknya peperangan tidak dikenal di alam dewa.

3. Agar mendapatkan kemajuan dalam bermeditasi, hendaknya pikiran tidak mengikuti berbagai gejala badan tersebut. Pikiran hendaknya dikembalikan untuk terus menerus memperhatikan obyek meditasi semula. Usahakanlah hal ini dengan tekun dan penuh semangat. Namun, apabila hal ini sulit diatasi dan warna biru yang sama tersebut selalu muncul setiap kali bermeditasi, ada baiknya warna biru tersebut justru dijadikan sebagai obyek meditasi.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

14. Dari: **Dharman**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Saya mau menanyakan apabila seorang Buddhis merokok apakah itu merupakan perbuatan dosa atau hanya melanggar sila atau tidak sama sekali. Kalo melanggar sila, yang ia langgar sila ke berapa?

Terima kasih atas perhatiannya.

**Jawaban:**

Merokok dalam Buddha Dhamma bukanlah termasuk larangan namun juga tidak dianjurkan. Hanya saja, apabila seseorang menjadi kecanduan rokok sehingga badannya merasa tidak nyaman kalau ia belum merokok, maka hal ini dapat digolongkan sebagai kemelekatan yang akan dapat memperpanjang proses kelahiran kembali. Oleh karena itu, biasanya seorang umat Buddha disarankan untuk tidak merokok yang akan merugikan dalam proses kelahiran kembali maupun kesehatannya.

Semoga jawaban ini memberikan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

15. Dari: **Yessie Natalia**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, bagaimana pandangan agama Buddha mengenai penerapan Feng Shui dalam kehidupan kita sehari-hari? Sebagai contoh, menurut Feng Shui, rumah yang tusuk sate sangat tidak baik bagi penghuninya, bagaimana kita menyiasati hal tersebut? Terima kasih Bhante.

**Jawaban:**

Dalam Dhamma, segala suka dan duka yang dialami oleh manusia adalah bagian dari buah karma yang dimilikinya. Kalaupun seseorang mempunyai rumah dengan fengshui yang baik, apabila perilakunya buruk dan melanggar sila, maka kebahagiaan akan jauh pula darinya. Sebaliknya, kalaupun fengshui rumahnya kurang baik, namun perilaku penghuni rumahnya baik dalam ucapan, perbuatan dan pikirannya, maka kebahagiaan akan tetap menjadi milik mereka.

Adanya pengaruh perbuatan yang jauh lebih kuat daripada pengaruh fengshui ini dapat dilihat dengan melakukan pertukaran rumah orang sukses ber-fengshui baik dengan rumah orang kurang sukses ber-fengshui kurang baik. Setelah keduanya dipertukarkan rumahnya untuk waktu tertentu, maka belum tentu orang yang kurang sukses itu menjadi sukses setelah menempati rumah yang ber-fengshui baik tersebut. Sebaliknya, orang yang sudah sukses tersebut setelah beberapa lama tinggal di rumah yang kurang baik fengshuinya, ia tidak juga menjadi orang yang menderita.

Segalanya tergantung pada karmanya masing-masing. Mempercayai fengshui adalah baik karena hal itu merupakan seni arsitektur Tiongkok klasik, namun, hal yang paling penting dalam kehidupan ini adalah memperbaiki perilaku, ucapan dan pikiran agar selalu bertujuan untuk memberikan kebahagiaan bagi diri sendiri, lingkungan maupun semua makhluk. Dengan banyaknya kebajikan yang dimiliki maka otomatis orang akan mendapatkan kebahagiaan walaupun memiliki rumah dengan fengshui yang kurang baik.

Sebagai perenungan:

*Selama buah dari suatu perbuatan jahat belum masak,  
Maka orang bodoh akan menganggapnya manis seperti madu;  
Tetapi apabila buah perbuatannya telah masak,  
Maka ia akan merasakan pahitnya penderitaan.  
(Dhammapada V, 10)*

Semoga hal ini dapat memberikan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

16. Dari: **Suharyono**, USA

Namo Buddhaya, Bhante

Saya ingin menanyakan beberapa hal:

1. Pada zaman Sang Buddha, sering kita mendengar orang awam yang setelah mendengar khotbah Sang Buddha, mencapai tingkat kesucian Sotapanna, Sakadagami ataupun Arahat? Apakah sedemikian gampangya setelah mendengarkan Dhamma mereka langsung mencapai kesuciaan tanpa perlu melaksanakan sila, meditasi ataupun

kebikkhuan dalam hidup mereka?

2. Dalam pengembangan dan penyebaran ajaran Sang Buddha, apakah sebaiknya hanya dilakukan oleh para Bhikkhu saja ataupun umat Buddha biasa bisa turut aktif? Yang saya khawatirkan apabila seorang umat Buddha biasa mengenalkan ajaran Sang Buddha kepada orang lain, bisa saja orang lain menilai ajaran Sang Buddha tidak sempurna dengan melihat contoh tindakan kita sebagai umat biasa yang masih sering melakukan kesalahan dalam hidup.

Terima kasih banyak atas penerangan yang diberikan oleh Bhante.

Semoga semua makhluk berbahagia

**Jawaban:**

1. Kisah pencapaian kesucian yang tampaknya mudah itu adalah karena memang bertujuan untuk menceritakan para murid Sang Buddha yang berhasil mencapai kesucian, bukan mereka yang tidak berhasil. Kisah tersebut menjadi 'kesaksian' mereka yang telah berhasil memetik manfaat Buddha Dhamma. Hal ini akan menjadi pendorong semangat umat Buddha yang lain untuk melaksanakan Buddha Dhamma agar mencapai kesucian pula.

Dari berbagai kisah keberhasilan pelaksanaan Buddha Dhamma tersebut, dapat pula dipelajari bahwa pencapaian kesucian tidak semudah yang ditanyakan. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya orang yang mendengar kotbah Sang Buddha pada suatu saat, namun hanya salah satu di antara mereka yang berhasil mencapai kesucian.

Peeristiwa ini termasuk pula pada kotbah pertama Sang Buddha kepada lima pertapa di Taman Rusa Isipatana. Setelah mendengarkan kotbah Sang Buddha berjudul *Dhammacakkapavattana Sutta*, maka 'hanya' satu orang saja yang berhasil mencapai kesucian yaitu Y.M. Kondanna. Satu orang yang mencapai kesucian dari lima pertapa ini apabila dihitung berdasarkan prosentase 'hanya' 20% saja. Sedangkan, tingkat kesucian yang dicapai Y.M. Kondanna pada waktu itu adalah kesucian tingkat pertama dari empat tingkat kesucian yaitu Sotapanna. Dengan demikian, pencapaian kesucian setelah mendengar kotbah langsung Sang Buddha kepada mereka yang telah lama menjadi pertapa dengan sila yang keras tersebut bila dihitung prosentasenya adalah 4% saja. Dengan demikian, pencapaian kesucian tidaklah mudah.

2. Dalam pembinaan Buddha Dhamma kepada masyarakat, khususnya di Indonesia, biasanya dilakukan oleh para bhikkhu dengan para umat yang dianggap mampu membabarkan Dhamma. Hal ini karena jumlah bhikkhu yang sangat minim dibandingkan dengan jumlah umat Buddha yang perlu mendapatkan uraian Dhamma. Para pembabar Dhamma ini sering disebut sebagai Dhammaduta. Dari sekian banyak Dhammaduta, memang mungkin saja ada yang perilakunya kurang sesuai Dhamma. Hal ini adalah wajar karena para Dhammaduta, bahkan para bhikkhu sekalipun adalah orang yang belum mencapai kesucian. Namun, sebagai umat Buddha hendaknya dapat memaklumi hal ini. Apabila semua Dhammaduta ditunggu agar mencapai kesucian terlebih dahulu sebelum mengajarkan Dhamma, maka bisa saja Buddha Dhamma akan lebih cepat punah. Karena pencapaian kesucian membutuhkan waktu yang relatif lama untuk setiap pribadi dalam mencapainya. Oleh karena itu, para umat Buddha hendaknya mampu dengan bijaksana memisahkan antara Buddha Dhamma yang diuraikan dengan perilaku pribadi Dhammaduta. Dengan demikian, para umat akan mendapatkan manfaat mendengarkan Dhamma dan terbebas dari pikiran negatif

pada perilaku Dhammaduta.  
Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

17. Dari: **Suharyono**, USA

Namo Buddhaya,

1. Dalam pandangan Buddhis, terlahir sebagai manusia adalah suatu keuntungan untuk melatih Dhamma dan mewujudkan Nibbana. Apakah ini berarti terlahir di alam yang lebih tinggi adalah suatu kesia-siaan karena tidak bisa berlatih Dhamma, menanam kebajikan ato merealisasikan Nibbana?
2. Di website ini, saya membaca bahwa terlahir cantik, jelek, utuh atau cacat mungkin disebabkan oleh turunan (hukum biologis), bukan semata-mata oleh perbuatan yang baik atau buruk di masa lampau. Jikalau demikian, bagaimana cara kita memperbaikinya apa yang kita alami yang dipengaruhi oleh hukum biologis tersebut? Terima kasih sebelumnya atas jawaban yang diberikan Bhante.  
Semoga semua makhluk berbahagia

**Jawaban:**

1. Dalam salah satu sumber Dhamma dikatakan bahwa terlahir sebagai manusia akan mendapatkan beberapa manfaat yaitu:
  - a. Melihat proses ketidakkekalan yang relatif cepat mulai dari kelahiran, remaja, dewasa, tua, sakit dan mati.
  - b. Melihat cepatnya waktu yang dibutuhkan suatu karma untuk berbuah: berbuat baik mendapatkan kebahagiaan.
  - d. Masih adanya Tipitaka sebagai sumber utama Buddha Dhamma.
  - e. Masih adanya lembaga Sangha yang merupakan keturunan dari Sangha yang dibentuk oleh Sang Buddha.

Berbagai kelebihan ini tidak kesemuanya terdapat di alam kehidupan yang lain, sekalipun di alam-alam surga dan Brahma. Oleh karenanya, seseorang hendaknya mempergunakan kesempatan yang baik sebagai manusia ini untuk melaksanakan Buddha Dhamma dengan mengurangi kejahatan, menambah kebajikan serta mengembangkan kesadaran agar batinnya terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Karena memang, sesungguhnya terlahir sebagai manusia adalah peristiwa yang tidak mudah. Hal ini dikatakan dalam *Dhammapada XIV, 4*:  
*Sungguh sulit untuk dilahirkan sebagai manusia,*  
*Sungguh sulit kehidupan manusia,*  
*Sungguh sulit untuk dapat mendengarkan Ajaran Benar (Dhamma),*  
*Begitu pula, sungguh sulit munculnya seorang Buddha.*

Oleh karena itu, ketika seseorang sudah terlahir sebagai manusia di masa yang mengenal kelahiran seorang Buddha dan juga dapat mempelajari Dhamma Nya, hendaknya kesempatan yang baik ini tidak disia-siakan untuk segera mengembangkan kualitas batin semaksimal mungkin sesuai Buddha Dhamma agar dapat tercapai



tujuan akhir seorang umat Buddha yaitu Nibbana.

2. Seseorang terlahir dengan wajah cantik atau buruk memang akibat dari kondisi genetik orangtuanya. Karena itu, wajar kalau orangtua yang cantik punya kecenderungan untuk melahirkan anak yang cantik pula. Namun, tidak dapat disangkal bahwa semua ini juga mendapat pengaruh dari karma lampau masing-masing. Orang dengan karma lampau yang baik akan terkondisi untuk lahir di lingkungan yang memungkinkan dia memiliki wajah yang cantik. Sebaliknya, orang dengan karma lampau yang kurang baik juga akan terkondisi lahir di lingkungan yang memungkinkan dia memiliki wajah kurang cantik.

Untuk memperbaiki penampilan agar seseorang yang cantik menjadi lebih cantik dan yang kurang cantik dapat bertambah cantik, tentu membutuhkan berbagai macam sarana, misalnya saja perawatan wajah, pendidikan kepribadian dan sebagainya. Namun, satu hal yang sangat penting dan perlu diingat di sini adalah bahwa hendaknya seseorang lebih mengutamakan kecantikan batin dibandingkan kecantikan fisik. Seseorang disebut memiliki kecantikan batin apabila ia mampu mengendalikan ucapan dan perbuatannya agar sesuai dengan Pancasila Buddhis. Pikirannya juga berisikan cinta kasih kepada semua makhluk. Dengan demikian, kemanapun ia pergi, ia akan selalu memberikan kedamaian dan kebahagiaan untuk lingkungannya. Inilah sesungguhnya perilaku yang sangat penting dikerjakan oleh seorang umat Buddha.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

18. Dari: **Sugi**, Semarang

Namo Buddhaya, Namo Buddhaya,

Bhante, di Agama Buddha kan ada 2 latihan meditasi Samatha dan Vipassana Bhavana. Apakah perlu setelah mencapai Jhana lewat samatha baru seseorang meditator Buddhist baru berlanjut ke Vipassana atau apakah boleh langsung saja melatih Vipassana? Sebagai umat awam, apa saran metoda meditasi dari Bhante untuk kita melatih meditasi tiap hari di rumah?

Anumodana

**Jawaban:**

Mengembangkan *Vipassana* dapat dikerjakan tanpa harus mencapai *Jhana* terlebih dahulu. Namun, kalau seseorang hendak mencapai kesucian, maka hendaknya ia mengembangkan *Jhana* terlebih dahulu sebelum *Vipassana*. Uraian tentang hal ini dapat dijumpai pada kotbah Sang Buddha yang terdapat dalam *Mahamalunkhyaputtasuttam*.

Sebagai seorang umat awam yang tinggal dalam masyarakat, ia sebaiknya mengembangkan latihan konsentrasi setiap pagi dan sore dengan menggunakan obyek pernafasan. Kemudian, sepanjang hari hendaknya selalu melatih kesadaran dengan selalu mengucapkan pertanyaan dalam hati: SAAT INI SAYA SEDANG APA? Dengan demikian, ia akan selalu menyadari pada saat bekerja, berjalan, berbicara dan

sebagainya.

Semoga saran ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

19. Dari: **Susan**, Bandung

Bhante,

Saya sekarang lagi hamil muda dan sejak hamil ini saya seringkali gampang marah dengan orang/teman yg membuat saya kecewa. Seringkali saya terbangun dini hari karena memikirkan hal2 yang telah mrk perbuat, yg membuat saya jadi emosi. Dan rasanya kalo tidak menegur/bertengkar dgn mrk, rasanya kok saya belum puas/lega. Bagaimana caranya mengendalikan/menghilangkan sifat buruk ini, Bhante? Krn saya tau ini sangat buruk akibatnya untuk bayi yg saya kandung. Kalo ini berlanjut terus, apa akibatnya untuk bayi saya? Apakah akan mempengaruhi karma bayi yg saya kandung?

Terima kasih Bhante.

**Jawaban:**

Pertama kali, saya ucapkan 'selamat' atas kehamilan yang dialami. Semoga kehamilan ini menjadi sarana untuk memperoleh keturunan yang baik dan memberikan kebahagiaan untuk seluruh anggota keluarga.

Wanita yang sedang hamil memang mengalami perubahan hormon dalam tubuhnya sehingga kadang emosi sulit dikendalikan. Oleh karena itu, untuk dapat mengendalikan emosi tersebut, sebaiknya selama kehamilan memperbanyak pembacaan paritta dan juga bermeditasi cinta kasih. Paritta yang biasa dibaca adalah "paritta untuk kesehatan" ditambah dengan *Anggulimala Paritta*. Susunan paritta ini dapat diperoleh dari buku "Paritta Suci" terbitan Sangha Theravada Indonesia yang banyak terdapat di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia.

Meditasi cinta kasih yang dilakukan setelah membaca paritta adalah dengan mengucapkan dalam hati sebanyak mungkin: "Semoga semua makhluk berbahagia" selama sekitar 15 menit atau lebih. Dengan demikian, maka emosi yang muncul dan dorongan untuk bertengkar dapat sedikit demi sedikit tergantikan dengan pikiran positif "Semoga semua makhluk berbahagia". Semakin banyak seseorang mengucapkan kalimat tersebut, maka ketika pikiran buruk muncul dalam dirinya, ia akan segera mengucapkan: "Semoga ia bahagia, semoga semua makhluk berbahagia".

Dengan demikian, batinnya menjadi lebih tenang dan sabar.

Semoga dengan usaha keras untuk mengendalikan diri ini akan memberikan manfaat untuk diri sendiri, keluarga dan juga anak yang sedang dikandung.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

20. Dari: **Finny**, Bekasi

Namo Buddhaya Bhante,

Bhante pengetahuan agama saya terus terang minim. saya ingin bertanya dengan Bhante. Semoga Bhante dapat berkenan membantu menjelaskan beberapa hal.

1. Saya percaya akan adanya reinkarnasi. Dapatkah Bhante membantu saya menjelaskan tingkatan reinkarnasi tersebut? Adakah buku / kitab yang menjelaskan hal itu?

2. Saya lebih suka ke tepekong dari pada ke vihara karena kesibukan waktu usaha. Apakah hal itu kurang baik bagi iman saya?

Terima kasih kiranya Bhante sudi menjawab.

**Jawaban:**

1. Adanya proses kelahiran kembali sangat berhubungan dengan Hukum Karma. Seperti yang telah diketahui bahwa Hukum Karma apabila dilihat menurut WAKTU (*Pakakala Catukka*) dibagi menjadi beberapa yaitu:

- a. *Ditta Dhammavedaniya Kamma* yaitu Karma yang memberikan hasil dalam KEHIDUPAN SEKARANG. Orang melakukan kebajikan maupun keburukan yang akan langsung berbuah dalam kehidupan ini juga.
- b. *Uppajjavedaniya Kamma* yaitu Karma yang memberikan hasil dalam KEHIDUPAN MENDATANG, atau kehidupan 'tepat' setelah kematiannya sekarang. Hal ini dapat terjadi pada orang yang melatih meditasi mencapai *Jhana* yang akan mengkondisikannya langsung terlahir di alam *Brahma* setelah meninggal.
- c. *Aparaparavedaniya Kamma* yaitu Karma yang memberikan hasil dalam KEHIDUPAN BERIKUT yaitu beberapa kehidupan setelah kehidupan ini. Jenis karma ini dapat dijumpai pada orang yang mengembangkan kebajikan dan juga meditasi sehingga mencapai *Jhana*, maka setelah buah pencapaian *Jhana* yaitu terlahir di alam *Brahma* habis masanya, berikutnya ia akan terlahir di alam surga karena buah kebajikan yang dimilikinya.
- d. *Ahosi Kamma* yaitu Karma yang tidak menimbulkan akibat. Jenis perbuatan ini seharusnya berbuah dalam kehidupan ini, namun karena ia telah meninggal dunia terlebih dahulu, buah karma tersebut tidak sempat dirasakannya.

Karena adanya karma jenis b dan c di atas, maka satu makhluk sebagai konsekuensi logisnya akan terlahir kembali di salah satu alam sesuai dengan buah perbuatan yang pernah dilakukannya.

Salah satu sutta yang menjelaskan tentang kelahiran kembali tersebut adalah:

PAYASI SUTTA ([http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka\\_dtl.php?cont\\_id=177](http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka_dtl.php?cont_id=177))

Selain itu, juga terdapat sebuah buku tulisan Profesor Ian Stevenson, dari Fakultas Psikologi Universitas Virginia berjudul "Twenty Cases Suggestive of Reincarnation and Cases of Reincarnation Type". Beliau adalah seorang pakar ilmu kejiwaan yang selama 25 tahun mempelajari kasus-kasus orang yang mampu mengingat kehidupan sebelumnya. Hasil penelitiannya merupakan dukungan kuat bagi ajaran Buddha mengenai kelahiran kembali.

2. Beribadah sendirian di berbagai tempat beribadatan yang ada di sekitar tempat tinggal memang bisa saja dikerjakan. Hal ini juga akan memberikan kesempatan untuk orang yang melakukannya mengembangkan kebajikan lewat ucapan, perbuatan dan pikiran. Namun, apabila seseorang dapat mengikuti secara rutin puja bakti di vihara, maka ia akan mempunyai kesempatan lebih banyak untuk memperkuat keyakinannya kepada Buddha Dhamma. Hal ini karena pada saat puja bakti di vihara ia akan dapat mendengarkan uraian dan diskusi Dhamma. Selain itu, di vihara ia juga akan mendapatkan banyak teman yang akan membangkitkan semangatnya untuk mempelajari dan melaksanakan Buddha Dhamma. Karena, inti agama Buddha bukan pada upacara dan tradisinya, melainkan pada pelaksanaan Ajaran Sang Buddha dalam kehidupan sehari-hari.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

21. Dari: **Rosie**, Sydney

Namo Buddhaya,

Bhante, saya punya pertanyaan tentang aborsi. Apa tindakan aborsi itu sama dengan pembunuhan, Bhante? Apakah aborsi diperbolehkan dalam ajaran Sang Buddha?

Terima kasih

**Jawaban:**

Dalam Buddha Dhamma kehamilan dihitung sejak bertemunya sel telur dengan sperma. Karena pada saat itu, ada kemungkinan datangnya "kesadaran penerus" yang akan membentuk batin bersamaan dengan sel telur dan sperma membentuk badan suatu makhluk. Oleh karena itu, dalam Buddha Dhamma, seorang bayi yang baru saja dilahirkan, ia sudah langsung berusia sekitar 9 bulan. Jadi, pada ulang tahun pertamanya, bayi tersebut sebenarnya telah berusia lebih dari satu tahun, bahkan hampir dua tahun.

Dengan demikian, melakukan aborsi walaupun dalam usia kehamilan yang masih sangat muda, dalam Agama Buddha sudah termasuk pelanggaran sila pertama atau pembunuhan dalam Pancasila Buddhis.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

22. Dari: **Setyadi Irawan**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, setelah membaca jawaban Bhante dalam forum tanya jawab. Dalam satu jawaban Bhante tentang bangkai yg tidak boleh dimakan oleh seorang bhikkhu jika memenuhi salah satu dari 3 syarat juga disebutkan bangkai manusia dan berapa jenis hewan.

Pertanyaan saya adalah jenis2 hewan apa saja yg bangkai-nya tidak boleh dimakan?

Mengenai meditasi, apakah ada ketentuan bagaimana sikap tubuh kita pada saat melakukan meditasi? Apakah boleh seseorang melakukan meditasi dalam keadaan berbaring? Dalam pengertian saya, meditasi adalah pemusatan pikiran sehingga tidak ter-ombang-ambing, dengan pengertian tersebut tentunya sikap tubuh tidak dapat dipaksakan.

Jika dalam meditasi kita merasakan kelelahan karena duduk terlalu lama, tentunya pikiran pun akan berubah. Atau jika terlalu nyaman (berbaring), tentunya kita akan tertidur. Bagaimana cara mengatasinya?

**Jawaban:**

Disebutkan dalam *Mahavagga VI.23.10 - 15* beberapa jenis binatang yang tidak dapat dimakan dagingnya oleh para bhikkhu yaitu:

1. Gajah
2. Kuda
3. Anjing
4. Ular (termasuk segala binatang melata, panjang dan tanpa kaki)
5. Singa
6. Harimau
7. Macan Tutul
8. Beruang
9. Hyena

Meditasi adalah merupakan salah satu hal pokok dalam pelaksanaan Ajaran Sang Buddha. Seperti yang telah diketahui bersama bahwa inti Ajaran Sang Buddha adalah mengurangi kejahatan, menambah kebajikan dan membersihkan pikiran. Meditasi adalah sarana tepat untuk membersihkan pikiran. Dalam melaksanakan meditasi, pada prinsipnya orang hendaknya dapat duduk dengan tegak namun santai. Keterangan lebih lengkap tentang hal ini dapat dibaca pada:

CARA BERMEDITASI yang terdapat pada:

Website Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

([http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma\\_dtl.php?id=21&cont=meditasi.html&path=naskahdhamma&multi=T&hal=0&hmid=202](http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma_dtl.php?id=21&cont=meditasi.html&path=naskahdhamma&multi=T&hal=0&hmid=202))

Meditasi pada prinsipnya adalah selalu menyadari segala sesuatu yang sedang dikerjakan, diucapkan dan juga dipikirkan. Oleh karena itu, latihan meditasi juga bisa dilakukan sambil duduk, berjalan, berdiri dan juga berbaring.

Untuk posisi berbaring, biasanya menggunakan posisi yang dikenal sebagai "Buddha berbaring" yaitu dengan berbaring pada sisi tubuh bagian kanan. Tangan kiri diletakkan di sisi tubuh bagian kiri. Telapak tangan kanan dipergunakan untuk menyangga kepala dengan bertumpu pada siku kanan. Dengan posisi ini, perhatian dipusatkan pada obyek yang dipilih. Pada saat pelaksana meditasi merasa nyaman, ia akan tetap terjaga kesadarannya. Apabila ia mengantuk atau hilang kesadarannya, maka ia akan terguling ke depan ataupun ke belakang.

Dalam meningkatkan kualitas konsentrasi pikiran, memang membutuhkan kondisi

fisik yang mendukung. Kalau fisik merasa lelah, maka biasanya untuk para pemula, hal ini akan mengganggu tingkat konsentrasinya. Oleh karena itu, mulailah latihan meditasi duduk dengan 15 menit setiap harinya pagi dan sore. Kalau waktu 15 menit sudah terasa kurang, maka dapat ditambah menjadi 30 menit atau 60 menit atau lebih. Semoga saran singkat ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

23. Dari: **Sakura**, Jakarta

Ada beberapa pertanyaan yang timbul dalam pikiran saya, dan menjadi dilema bagi saya, antara lain:

1. Apakah akhirnya semua makhluk akan berhasil meraih kebahagiaan abadi / suci / mencapai Nibbana seperti Sang Buddha?

Jika jawabannya **Ya**, maka berarti hanya tinggal masalah waktu, ada yang cepat ada yang lambat.

Bisa berarti juga, kita semua bisa lebih tenang, sebab toh akhirnya semua menjadi Happy-Ending.

Jika jawabannya **Tidak**, berarti sia-sia kita berusaha. Sebab toh tidak akan berhasil. Berarti kita tidak akan pernah keluar dari proses tumimbal lahir.

2. Seseorang mempunyai sifat baik atau buruk karena akibat karmanya.

Si A terlahir berbudi luhur, krn dulu menabur hal baik, begitu juga sebaliknya si B terlahir memiliki tabiat buruk, krn menabur karma buruk. Apakah ada jaminan Si A akan terus menjadi baik, atau si B akan menjadi buruk selamanya?

Jika jawabannya Ada, maka si A akan terus baik, sedangkan si B akan terus menjadi buruk

[TIDAK HAPPY ENDING BAGI SI B]

Jika jawabannya tidak, maka, si A bisa jadi buruk, atau baik si B akan bisa baik atau buruk pula.

[TIDAK HAPPY ENDING JUGA, KRN TIDAK ADA JAMINAN]

Terima kasih, dan mohon maaf bila ada kata-kata yang kurang berkenan.

**Jawaban:**

1. Semua makhluk memang mempunyai potensi untuk mencapai Nibbana. Namun, pencapaian ini bukan hanya ditunggu saja, melainkan HARUS DIPERJUANGKAN. Dengan demikian, pencapaian Nibbana bukan masalah waktu, namun masalah perjuangan. Mereka yang rajin berjuang mengembangkan kualitas batin agar terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batinlah yang akan mencapai Nibbana. Sedangkan untuk mereka yang tidak berjuang, hidup dalam kemalasan, maka ia akan terus dan terus terlahirkan kembali. Bahkan, apabila bumi ini kiamat sekalipun, ia masih terlahir di bumi yang lain sampai kesadarannya untuk berjuang muncul di satu masa nanti.

2. Tidak akan pernah ada jaminan bahwa si A akan baik terus, demikian pula si B akan buruk terus. Semuanya tergantung pada kesadarannya masing-masing untuk

terus menerus mengembangkan kebajikan melalui ucapan, perbuatan dan pikirannya. Si A apabila memiliki kesadaran berbuat kebajikan, maka ia bisa menjadi lebih baik dan terus bertambah baik, namun apabila ia mempunyai kebiasaan melakukan keburukan dan kejahatan, maka ia pun bisa berubah menjadi buruk. Sebaliknya, si B apabila memiliki kesadaran untuk selalu berbuat baik, maka ia bisa menjadi orang yang baik. Namun, kalau kesadaran berbuat baik ini tidak ada dalam dirinya, ia bahkan dapat menjadi orang yang lebih buruk daripada sebelumnya. Jelas sudah bahwa baik dan buruknya seseorang sangat tergantung pada kesadarannya masing-masing. Semoga jawaban ini memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

24. Dari: **Intan Chalik Wijaya**, Medan

Namo Buddhaya.

1. Yang saya ketahui bahwa Buddha Maitreya itu kan ada kalo ajaran Sang Buddha Gautama udah habis. Tapi sekarang Ajaran Sang Buddha Gautama kan belum hilang kok udah keluar Ajaran Maitreya dan sekaligus wujudnya sudah dapat diketahui sementara Buddha Maitreya kan belum lahir, kok bisa tahu wujudnya Buddha Maitreya itu sesosok orang yang berperut besar dan dikelilingi harta emas dan dengan wajah tertawa. Gimana yach...saya belum ngerti nih.
2. Dewi Kwan Im itu ada gak sih sebenarnya? Saya sih yakin dan percaya itu ada, tapi ada segelintir orang yang bilang bahwa itu tidak ada, bahkan latar belakangnya pun tidak ada seperti Buddha Gautama.  
Tolong donk dijelaskan.

**Jawaban:**

1. Sang Buddha Gotama dalam salah satu kotbah Beliau memang pernah menyebutkan adanya kelahiran Buddha Maitreya di bumi ini. Namun, karena Ajaran semua Buddha adalah sama yaitu kurangi kejahatan, tambah kebajikan dan membersihkan batin dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin, maka TIDAK AKAN PERNAH ADA dua Buddha lahir dalam satu masa. Diterangkan dalam Dhamma, Buddha Maitreya akan lahir setelah punahnya Ajaran Sang Buddha Gotama termasuk berbagai macam perlengkapannya, misalnya bhikkhu, buku Dhamma, vihara, umat dsb. Memang, saat ini Ajaran Sang Buddha Gotama masih ada dan sangat mudah dijumpai dalam masyarakat, karena itu, jelas Buddha Maitreya belum lahir. Beliau masih sebagai bodhisattva di Surga Tusita.  
Masalah adanya Ajaran Buddha Maitreya dan juga perwujudan dari Buddha Maitreya ini akan lebih tepat apabila ditanyakan langsung kepada para tokoh aliran Maitreya tersebut. Mereka tentunya akan dapat memberikan keterangan yang memadai.
2. Dewi Kwan Im atau Avalokitesvara setahu saya TIDAK PERNAH disebutkan dalam Tipitaka Pali yang dipergunakan Agama Buddha aliran Theravada. Nama Avalokitesvara disebutkan dalam Tipitaka Sanskerta yang dipergunakan Agama Buddha aliran Mahayana. Oleh karena itu, untuk mendapatkan penjelasan yang lebih luas, mantap dan tepat, silahkan bertanya kepada para tokoh Agama Buddha

Mahayana.  
Semoga jawaban ini tidaklah mengecewakan.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

25. Dari: **Kriswanto**, Jakarta Barat

Namo Buddhaya Bhante,

Saya hendak bertanya, Saya sdh pernah membaca di BudhistOnline ttg anatta, tidak ada obyek yg kekal fisik maupun batin. Tapi masih ada yg bingung. Pertanyaan saya :

1) Jika tidak ada obyek batin yg kekal maka apakah yg dilahirkan pada paticca samupada? Kenapa org2 tertentu dapat melihat kelahiran yg lampau baik diri sendiri dan org lain? Padahal obyek inti batin itu lenyap tidak kekal.

2) Bagaimana aplikasi anatta sehari2 ?

3) Bagaimana patokan dalam mengukur kadar pengertian anatta seseorang dan diri sendiri ?

Sukhi Hottu

Terima kasih.

**Jawaban:**

1. Lahir batin suatu mahluk memang tidaklah kekal. Lahir batin selalu berubah SETIAP SAAT. Badan akan selalu bertambah usianya; perasaan, pikiran, ingatan dan kesadaran juga selalu berubah, berproses. Seseorang menjadi orang yang sama sekaligus berbeda dengan dirinya beberapa tahun sebelumnya. Ia memiliki kesamaan nama dan beberapa ciri lainnya, namun ia juga mempunyai perbedaan usia maupun cara berpikrinya. Ia telah berproses.

Hal ini dapat disamakan dengan sungai yang mengalir. Sungai itu walaupun masih bernama sama untuk waktu yang sangat lama, namun sungai itu selalu berubah setiap saat, air yang mengalir selalu berganti sepanjang waktu.

Ketika seseorang terlahirkan kembali, maka sesungguhnya ia bukan sama persis dengan dirinya di kehidupan yang sebelumnya, namun ia juga bukan orang yang berbeda sama sekali. Ia telah berproses. Kematian telah menjadikan fisik suatu mahluk di kehidupan yang sebelumnya menjadi rusak dan hancur, akan tetapi batin yang masih belum mencapai kesucian akan terkondisi untuk lahir kembali. Apabila batin tersebut telah terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin, maka ia sudah tidak akan terlahirkan kembali. Inilah salah satu bukti bahwa badan dan batin suatu mahluk tidaklah kekal.

Kemampuan seseorang untuk melihat kehidupan yang lampau baik untuk diri sendiri maupun orang lain bukanlah menjadi suatu tanda adanya kekekalan. Hal ini sama dengan orang yang memiliki kemampuan untuk mengingat beberapa kejadian pada dirinya dan keluarganya selama beberapa hari yang lalu. Ia mampu mengingat, namun ia sudah tidak akan mampu lagi untuk kembali ke waktu yang lalu. Ia juga bukan orang yang sama dengan ia yang waktu itu. Ia telah bertambah usianya. Ia telah berubah cara berpikrinya dan berbagai kualitas diri lainnya. Ia telah berproses, bukan menjadi orang yang sama persis, namun juga bukan menjadi orang yang berbeda total. Apabila kemampuan mengingat kejadian diwaktu yang kemarin itu dapat terus



dikembangkan, maka ia akan memiliki kemampuan untuk mengingat kehidupan lampau. Akan tetapi, semuanya hanya terbatas pada ingatan, kenangan, bukan pada kenyataan. Padahal, ingatan juga bisa berubah, karena sekarang ingat, belum tentu pada di kemudian hari, ia masih ingat hal itu. Ia akan selalu berproses.

2. Dalam kehidupan sehari-hari, pengertian anatta ini akan meningkatkan pemahaman seseorang pada hakekat sesungguhnya dari segala sesuatu yang ada dalam dirinya maupun lingkungannya. Ia akan selalu menyadari bahwa dirinya dan juga lingkungannya hanyalah suatu proses berkelanjutan. Dirinya yang sekarang hanyalah kelanjutan proses dari yang kemarin, dan dirinya yang sekarang akan berproses untuk yang akan datang. Proses ini terjadi SETIAP SAAT. Ketika ia telah mencapai kesadaran seperti ini, batinnya menjadi seimbang. Ia menjadi bahagia. Ia terbebas dari ketakutan, kebencian dan kegelapan batin. Ia terbebas dari kemelekatannya. Ia tidak akan merasa gelisah lagi, karena ia sadar sempurna bahwa ia yang sekarang telah berbeda dengan ia yang sebelumnya maupun yang akan datang. Hidup yang sesungguhnya adalah saat ini.

3. Anatta yang tidak dapat dipisahkan dengan anicca dan dukkha adalah merupakan pengertian dasar agar seseorang mencapai kesucian. Oleh karena itu, semakin seseorang mengerti Anicca, Dukkha dan Anatta maka semakin berkurang pula tingkat kemelekatannya kepada segala sesuatu. Batinnya akan semakin tenang dan bahagia. Bahkan, pengertian yang maksimal akan Anicca, Dukkha dan Anatta akan membuat seseorang mencapai kesucian.

Semoga dengan keterangan ini akan memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

26. Dari: **Melyani**, Mataram

Namo Buddhaya,

Bhante, banyak masyarakat yang menyimpulkan bahwa IMLEK merupakan hari raya agama Buddha, tapi sesuai dengan yang saya ketahui, IMLEK bukanlah hari raya agama Buddha. Bisakah saya diberikan jawaban yang tepat mengenai hubungan sebenarnya antara IMLEK dengan agama Buddha.

Terima kasih sebelumnya.

**Jawaban:**

Di seluruh dunia terdapat dua macam perhitungan penanggalan yang biasa dipakai orang. Pertama dan yang telah dipergunakan sejak ribuan tahun sebelum masehi adalah penanggalan berdasarkan waktu peredaran bulan mengelilingi bumi. Penanggalan ini disebut sebagai Imlek (lunar calendar). Sedangkan, sistem perhitungan waktu kedua adalah berdasarkan waktu bumi mengelilingi matahari yang disebut sebagai Yanglek (solar calendar). Penanggalan Imlek ini banyak dipergunakan di berbagai tempat, termasuk di Tiongkok. Penggunaan penanggalan Imlek di Tiongkok mengalami penyesuaian sehubungan waktu peredaran bulan mengelilingi bumi lebih cepat dibandingkan dengan waktu bumi mengelilingi

matahari. Penyesuaian perhitungan ini dengan cara menambahkan satu bulan yang dikenal sebagai 'Lun Gwee' (bulan ulang) atau penyisipan 2 (dua) bulan tambahan setiap 5 (lima) tahun sekali. Dengan adanya penyesuaian ini maka penanggalan Imlek yang dipergunakan di Tiongkok lebih tepat disebut penanggalan Imyanglek (sistem lunisolar).

Dalam sejarah tercatat, penanggalan Imlek di Tiongkok dimulai sejak tahun 2637 SM, sewaktu Kaisar Oet Tee / Huang Ti (2698-2598 SM) mengeluarkan siklus pertama pada tahun ke-61 masa pemerintahannya. Penanggalan Imlek sebutan asalnya adalah He Lek, yakni Penanggalan Dinasti Ke / Hsia (2205-1766 SM) yang pertama kali mengenalkan penanggalan berdasarkan matahari, dan penetapan tahun barunya bertepatan dengan tibanya musim semi. Dinasti Sing/Ien (1766-1122 SM) menetapkan tahun barunya mengikuti Dinasti He, yakni akhir musim dingin. Kaisar Han Bu Tee (140-86 SM) dari Dinasti Han (206 SM-220) menetapkan agama Khonghucu sebagai agama negara, dan penanggalan yang dianjurkan oleh Nabi Khongcu, yaitu He Lek resmi dipakai semua orang, baik masyarakat maupun pemerintahan dan tahun pertamanya dihitung dari tahun kelahiran Nabi Khongcu, yaitu tahun 551 SM, dengan demikian penanggalan Imlek dan penanggalan masehi berselisih 551 tahun. Oleh karenanya jika tahun masehi saat ini 2004, maka tahun Imleknya menjadi  $2004 + 551 = 2555$ . Karena dihitung sejak Nabi Khongcu lahir maka tahun Imlek juga sering disebut sebagai Khongculek. Tahun Baru Khongcu (Imlek) selalu jatuh pada bulan baru (Chee It / Chu Yi) setelah memasuki Tai Han (T Kan) 21 Januari (Great Cold - saat terdingin), sampai dengan tibanya Hi Swi (Yi Swei) 19 Februari (spring showers - hujan musim semi).

Dari kilasan sejarah penggunaan penanggalan Imlek tersebut, maka jelas sekali bahwa Tahun Baru Imlek tidak ada hubungannya dengan Hari Raya Agama Buddha. Akan tetapi, sebagai seorang umat Buddha boleh saja merayakan Tahun Baru Imlek sesuai dengan tradisi yang dianutnya. Terlebih lagi pemerintah Republik Indonesia pun telah memberikan kesempatan kepada semua warganegaranya untuk merayakan Tahun Baru Imlek. Kesempatan yang sangat baik ini telah dituangkan dalam KEPUTUSAN PRESIDEN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 19 TAHUN 2002 TENTANG HARI TAHUN BARU IMLEK tertanggal 9 April 2002.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan. Dan karena saat ini sudah menjelang perayaan Tahun Baru Imlek, maka dalam kesempatan ini pula saya ucapkan:

Selamat Tahun Baru Imlek 2555/2004

Semoga semuanya selalu sehat, sukses dan bahagia di tahun Monyet ini.

Semoga demikianlah adanya.

Salam metta,

B. Uttamo

---

27. Dari: **Levy Chandra**, Rochester, NY  
YM Bhante Uttamo Thera,

Saya ada pertanyaan mengenai cacat mental.

Ada orang-orang yang memiliki kelainan di otaknya. Kelainan tersebut membuatnya tidak menyadari apa yang dilakukannya. Bila orang-orang tersebut berbuat karma buruk, apakah akibat perbuatannya?

Menurut beberapa ahli, mereka tidak menyadari bilamana perbuatan mereka menyakiti makhluk lain. Saya kurang tahu apakah itu betul atau tidak.

Anumodana atas tanggapannya

**Jawaban:**

Orang yang cacat mental memang dalam Agama Buddha diterangkan sebagai orang yang melakukan sesuatu perbuatan dengan niat, namun ia tidak menyadari akibat dari tindakannya tersebut. Pandangan ini sama dengan pendapat para ahli tersebut.

Tentang perbuatan yang dilakukannya berdasarkan niat yang muncul, maka dalam Buddha Dhamma, ia telah termasuk melakukan suatu karma. Namun, buah karma yang akan diterimanya tidak dapat dengan mudah diterangkan di sini karena berbuahnya suatu karma banyak bercampur dengan buah perbuatan dia yang lain.

Hanya seorang Sammasambuddha sajalah yang mampu melihat proses buah karma dengan sangat jelas dari perbuatan yang dilakukan oleh seseorang.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

28. Dari: **Saparindi**, Malang

Sebelumnya saya mengucapkan terima kasih atas jawaban Y.M. Bhante atas pertanyaan saya lalu. Pertanyaan kali saya menyoal tentang konsep cinta kasih universal yang dipunyai di teori Buddhisme yang mungkin sangat diagungkan oleh sebagian komunitas Buddhis. Pertanyaan saya adalah bagaimana penerapan nilai2 tersebut dalam kehidupan ini terutama pada kalangan komunitas Buddhis sendiri yang sangat mengagungkan teori tersebut, tapi dalam prakteknya masih sangat jauh sekali. Dimana pertentangan antar sekte, ego pribadi para tokoh atau pelaku spiritual Buddhis(maaf), perebutan umat disana sini dan banyak lagi terutama konflik2 yang berkepanjangan yang ada di komunitas Buddhis Indonesia.

**Jawaban:**

Penerapan dasar Agama Buddha tentang cinta kasih universal itu dapat dilakukan secara bertahap. Paling sederhana dimulai dengan sering mengucap dalam hati "Semoga semua makhluk berbahagia". Semakin sering seseorang mengucapkan kalimat itu, maka ia semakin mampu mengisi pikirannya dengan gelombang cinta kasih. Dengan demikian, apabila timbul kejengkelan maupun perasaan yang tidak menyenangkan, ia akan dapat mengatasinya dengan pikiran penuh cinta kasih tersebut.

Selain sering mengucapkan dalam hati kalimat: "Semoga semua makhluk berbahagia", seorang umat Buddha dapat mengembangkan cinta kasih dengan merefleksikan perasaan cinta kasihnya yang biasa ia berikan kepada anggota keluarganya sendiri. Ia tentu mampu menyayangi anaknya, maka pikirannya kemudian dikembangkan untuk

menyayangi lingkungan dan bahkan semua makhluk seperti ia menyayangi anaknya sendiri. Pelaksanaan Dhamma ini tentu tidak mudah, namun hal ini bukan berarti tidak mungkin. Menyayangi anak sendiri telah mampu dikerjakannya, maka tugasnya sekarang adalah melatih untuk memperluas OBYEK cinta kasihnya. Jika ia berhasil mencapai tahap ini, maka dengan batin penuh cinta kasih seperti ini ia akan dapat selalu memberikan kebahagiaan dan kedamaian untuk semua makhluk yang tampak maupun tidak tampak. Kepedulianannya kepada kesejahteraan semua makhluk akan sangat besar, sebesar kepeduliannya pada kesejahteraan anaknya sendiri. Tahap pengembangan cinta kasih yang lain adalah memberikan dirinya sendiri demi kebahagiaan makhluk lain. Pemberian diri ini dapat bersifat fisik maupun batin. Pemberian bersifat fisik, misalnya kerelaan berkorban - berdasarkan cinta kasih, bukan kewajiban maupun tanggung jawab - seorang nahkoda kapal demi menyelamatkan seluruh penumpangnya dari kapalnya yang tenggelam. Sedangkan pemberian cinta kasih yang bersifat batin adalah kerelaan memaafkan pihak yang bersalah kepadanya. Dengan selalu mampu memberikan maaf kepada siapapun juga, maka hilanglah rasa benci dari batinnya. Dengan demikian, hilang pula segala kegelisahan serta kecemasan dari hidupnya. Ia akan mampu selalu berkarya dalam masyarakat tanpa membedakan antara orang yang disayang maupun dibenci. Itulah beberapa cara yang dapat dipergunakan untuk melatih mengembangkan cinta kasih universal dalam kehidupan sehari-hari. Perlu diingatkan di sini bahwa meskipun Ajaran Sang Buddha sedemikian luhur dan agung, hal ini tidak menjamin seluruh umat Buddha secara otomatis akan menjadi baik. Sang Buddha hanyalah penunjuk jalan, para umat sendirilah yang harus melaksanakannya. Dengan demikian, kalau dalam masyarakat terdapat perilaku umat Buddha yang kurang sesuai dengan Buddha Dhamma, maka kenyataan ini adalah merupakan kesalahan pribadinya sendiri, bukan kesalahan Ajaran Sang Buddha.

Pengertian ini diperoleh dengan merenungkan isi *Dhammapada XX, 4*:

*Engkau sendirilah yang harus berusaha,  
Para Tathagata (baca:Buddha) hanya menunjukkan Jalan.  
Mereka yang tekun bersamadhi dan memasuki Jhana ini  
Akan terbebas dari belenggu Mara.*

Sesungguhnya, apabila seseorang telah mengetahui kekurangan yang ada pada diri orang lain, maka hendaknya ia sendiri harus berusaha menjadi orang yang lebih baik daripada mereka yang telah dicelanya. Dengan memiliki sikap seperti ini, maka dalam masyarakat Buddhis akan bertambah orang baik yang melaksanakan Buddha Dhamma yaitu dirinya sendiri.

Disebutkan dalam *Dhammapada XII, 2*:

*Hendaknya orang terlebih dahulu mengembangkan dirinya sendiri  
dalam hal-hal yang patut,  
dan selanjutnya melatih orang lain.  
Orang bijaksana yang berbuat demikian tak akan dicela.*

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

29. Dari: **Gunawan**, Denpasar

Namo Buddhaya,

Bhante, apakah mendapatkan bunga dari uang yang di taruh di bank itu melanggar sila? Kalau misalnya tidak, apakah membungakan uang (dengan bunga yang lebih tinggi dari bank) itu melanggar sila? Terima kasih atas tanggapannya Bhante.

**Jawaban:**

Dalam Pancasila Buddhis tidak dijumpai bahwa membungakan uang di bank adalah pelanggaran sila. Apalagi adanya bunga bank tersebut juga telah didukung undang-undang negara setempat serta disepakati bersama di sebagian besar negara di dunia. Meskipun demikian, apabila seseorang memberikan pinjaman uang dengan bunga yang jauh lebih tinggi daripada yang berlaku dalam suatu masyarakat lingkungannya, seperti yang dilakukan para 'lintah darat', maka hal ini sebenarnya adalah merupakan pemuasan salah satu kekotoran batin yaitu ketamakan. Buah dari banyaknya ketamakan yang ditimbun adalah memperpanjang proses kelahiran kembalinya.

Semoga jawaban ini dapat dijadikan perenungan.

Salam metta,

B. Uttamo

-----  
30. Dari: **Suryo Hariono**, Surabaya

1. Tentang kelahiran kembali versus konsep Anatta. Kalau yang dilahirkan itu kesadaran penerus (Pattisandhi Vinnana), apakah juga membawa atau tidak watak, sifat, karma yang lampau? Lalu bagaimana kaitannya dengan konsep Anatta? Dan makhluk yang terlahir sekarang tentunya berbeda dengan yang terdahulu? Mohon penjelasannya.

2. Dalam kaidah sains biologi dikatakan bahwa kehidupan berasal dari kehidupan sebelumnya, sedangkan dalam dalam Dhamma dikatakan bahwa tujuan tertinggi umat Buddha adalah Nibbana atau Nirwana, bagaimanakah relevansinya? Apakah bukan dua hal yang kontradiksi?

3. Perihal Vibhava Tanha (suicide) khususnya kisah Boddhisatta Siddhatta, apakah berbeda bunuh dirinya manusia biasa dengan calon Buddha? Bagaimana Kammavipakanya? Lalu saya pernah mendengar kisah seorang Bhikkhu di jaman Sang Buddha Gotama yang mencapai kesucian Arahat setelah beliau melakukan bunuh diri dengan menggorok lehernya sendiri. Mohon penjelasan

4. Kehidupan Selibat atau membiara (pabbajita) apakah tidak bertentangan dengan kodrat alami manusia? Mengingat secara fisik dan anatomis kita telah dilengkapi dengan organ-organ reproduksi

Terima Kasih atas kesediaan Bhante menjawab pertanyaan ini.

**Jawaban:**

1. Dalam kelahiran kembali, watak, sifat serta beberapa kualitas lain suatu makhluk yang terlahir akan dipengaruhi oleh kelahiran yang sebelumnya, meskipun demikian ia tidak sama persis dengan sebelumnya. Ia telah berproses. Proses ini bahkan bukan hanya terjadi antar kelahiran kembali, melainkan juga dalam kehidupan saat ini.

Seseorang dari satu detik ke detik yang berikutnya akan selalu mengalami perubahan, paling tidak, ia telah bertambah usianya. Pengertian ini dapat digambarkan sebagai sebatang lilin menyala. Nyala api lilin itu kelihatannya selalu sama dari awal sampai dengan habisnya lilin, padahal sesungguhnya kondisi api itu selalu berbeda. Api yang hidup karena bahan bakar lilin yang dicairkan tersebut selalu berproses. Demikian pula dengan proses kehidupan dan kelahiran kembali. Sepintas suatu mahluk dilahirkan dengan membawa pengaruh karma lampayunya, padahal ia telah berproses dan menjadi mahluk yang berbeda. Kelahiran kembali menjadi mahluk yang telah berproses ini justru sangat berkaitan erat dengan pengertian Anatta yaitu tidak ada inti yang kekal.

2. Dalam Dhamma terdapat Hukum Sebab Akibat yang berbunyi: "Segala sesuatu timbul karena satu 'sebab', di dalamnya pun terdapat 'sebab' yang membuat ia musnah kembali". Dengan demikian, dapat dimengerti bahwa dalam Buddha Dhamma kehidupan memang berasal dari kehidupan sebelumnya seperti yang diungkapkan oleh para ahli Biologi tersebut. Akan tetapi, apabila direnungkan dengan baik isi Hukum Sebab dan Akibat tersebut tampaklah bahwa dalam Hukum itu sendiri telah terkandung cara menghentikan proses kelahiran yang selalu berkesinambungan ini yaitu dengan menghilangkan kondisi penyebabnya. Proses kelahiran kembali dapat dihentikan ketika seseorang mencapai Nibbana. Kondisi tercapainya Nibbana adalah lenyapnya ketamakan, kebencian dan kegelapan batin.

3. Disebutkan dalam *Anguttara Nikaya II*, 82 bahwa niat adalah karma. Oleh karena itu, perbuatan yang sama akan dapat memberikan buah yang berbeda sesuai dengan niat yang dimiliki. Demikian pula dengan bunuh diri yang dilakukan oleh orang biasa tentunya akan berbeda dengan bunuh diri yang dilakukan oleh seorang Bodhisattva. Seorang Bodhisattva melakukan bunuh diri bukan karena berdasar kebencian, melainkan justru karena niat untuk menolong mahluk yang sedang menderita. Sedangkan, kasus bunuh diri pada bhikkhu di jaman Sang Buddha itu bermula dari keinginan untuk mempergunakan rasa sakit yang dialami sebagai obyek meditasi. Jadi, bukan bunuh diri untuk mencapai kesucian. Sedangkan, pada umumnya seseorang melakukan bunuh diri adalah karena kebencian dan tidak tahan menghadapi penderitaan hidup yang dialaminya. Semua perbuatan ini pasti menimbulkan buah karma yang berbeda. Akan tetapi, pemahaman kamma vipaka ini hanya bisa dilihat dengan jelas oleh seorang Sammasambuddha.

4. Manusia memang memiliki berbagai organ tubuh untuk mendukung kehidupannya. Berbagai organ tubuh tersebut dibagi menjadi dua bagian. Pertama, organ tubuh yang harus dipergunakan sebagai syarat dasar kehidupan. Organ tubuh ini tidak dapat dipisahkan dari tubuhnya. Apabila dipisahkan, orang tersebut akan mengalami kematian. Contoh organ tubuh jenis pertama ini adalah otak dan jantung. Kedua, organ tubuh yang dipergunakan sebagai alat bantu proses kehidupan. Organ tubuh ini dapat dipergunakan, namun dapat pula dihilangkan tanpa mengancam kehidupan orang tersebut. Contoh organ jenis ini adalah mata, telinga, kaki dan tangan.

Organ reproduksi adalah termasuk golongan yang kedua. Organ ini dapat dipergunakan, namun dapat pula tidak dipergunakan. Apalagi, reproduksi hanyalah

salah satu dari berbagai fungsi yang dilakukannya.

Dalam Buddha Dhamma, pemilihan kehidupan sebagai perumah tangga atau viharawan adalah merupakan hak, bukan keharusan. Dengan demikian, dalam Buddha Dhamma tidak mengenal istilah 'kodrat', melainkan 'kehendak bebas'. Apabila seseorang memilih hidup menjadi viharawan, ia tidak dapat dikatakan melawan kodrat. Kalau memang disebut bertentangan dengan kodrat alami manusia, lalu bagaimana dengan kodrat orang yang tidak mendapatkan pasangan hidup walaupun sudah berusaha mencarinya? Kalau memang ini juga merupakan kodrat, maka bisa juga menjadi viharawan sudah merupakan kodrat pula.

Semoga jawaban ini dapat memperluas wawasan dalam Dhamma.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

31. Dari: **Tuwino Gunawan**, Medan

*Dulu saya disokong oleh mereka,*

*Sekarang saya akan menjadi penyokong bagi mereka,*

*Saya akan melakukan tugas yang dulu mereka kerjakan,*  
*dan mempertahankan keluarga dan tradisinya,*

*Saya akan menjaga garis keturunan,*

*dan membuat diri saya bernilai bagi garis keturunan itu,*

*(Digha Nikaya 31)*

Kasus : si A (suami) dan si B adalah sepasang suami istri. Pada catatan keluarga si B, mereka pernah memiliki keponakan yang menderita suatu penyakit (saya lupa akan nama penyakitnya, misalkan saja penyakit XYZ, dimana darah penderitanya akan mengalami kesulitan membeku apabila terjadi luka, sehingga apabila terjadi luka luar sedikit saja, akan dapat mengalami pendarahan yang sangat hebat, yang bisa mengakibatkan kematian, dan biasanya umur si anak tidak akan mencapai 10 tahun) hasil pemeriksaan genetika mereka, si A sehat2 saja, sedangkan si B membawa sifat keturunan dari penyakit XYZ tersebut. sehingga apabila melahirkan anak, kemungkinan anak mereka untuk menderita penyakit tersebut adalah: jika anak lelaki kemungkinan 75:25, sedangkan jika anak perempuan, anaknya akan membawa sifat keturunan dari penyakit XYZ tersebut 50:50. setelah si A dan si B berdiskusi, mereka sepakat untuk tidak memiliki anak.

Pertanyaan :

1. Apakah tindakan si A dan si B dapat dibenarkan menurut pandangan agama Buddha.
2. Menurut pendapat saya, mereka harus melahirkan anak, karena apapun yang terjadi, itu merupakan karma mereka yang masak (baik karma si A, si B, maupun si anak). Apakah pendapat saya dapat dibenarkan?
3. Saya sengaja mengutip Digha Nikaya 31, karena menurut saya, Sang Buddha menganjurkan kita (perumah tangga) untuk menjaga keluarga (orang tua) dan garis keturunan.

Terima kasih.

**Jawaban:**

1. Melahirkan anak dalam Buddha Dhamma bukanlah keharusan, melainkan merupakan konsekuensi logis perkawinan. Sedangkan dengan melihat kemungkinan kondisi anak yang akan dilahirkan, mereka kemudian memilih untuk tidak melahirkan anak, hal ini dapat dibenarkan dalam Agama Buddha. Justru karena pandangan Agama Buddha melihat kelahiran sebagai pilihan inilah yang menjadi dasar pasangan umat Buddha dapat membatasi jumlah anggota keluarganya, bahkan bisa saja mereka memutuskan untuk tidak memiliki anak sama sekali.

2. Menghadapi kasus ini, tentu banyak pihak akan mempunyai banyak pandangan pula. Salah satu pandangan adalah tetap mengharuskan mereka mempunyai anak. Pandangan tersebut bisa dan boleh saja. Namun, semua orang boleh berpendapat. Keputusan terakhir tetap pada pasangan itu sendiri. Kalau memang mereka sanggup menanggung segala kemungkinan yang terjadi pada diri anaknya, mereka tentu akan menurut. Sebaliknya, kalau mereka tidak sanggup menanggung penderitaan akibat anak yang akan dilahirkannya, maka orang hendaknya tetap menghormati pilihan hidup mereka itu.

3. Dalam kutipan tersebut memang berisikan tugas sebagai seorang anak yaitu membantu, merawat dan menjaga nama baik orangtua dengan menjaga perilakunya. Sedangkan, menjaga garis keturunan bukan berarti harus punya keturunan, melainkan 'jadilah anak yang baik'. Dengan kebaikan perilaku seseorang, nama baik seluruh keluarga juga dapat terangkat.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan wawasan baru.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

32. Dari: **Riki**, Jakarta

Hallo Bhante,

Saya mau tanya tentang latihan meditasi. Saya telah 2x mengikuti retreat Tradisi Vipassana dari U Ba Khin. Setelah hampir 2 bulan setelah retreat, saya masih mencoba latihan rutin tiap hari. Namun belakangan ini saya memang jarang meditasi lagi. Saya boleh dibilang masih baru dalam vipassana dan target saya kadang terlalu tinggi dalam kemauan untuk maju. Kadang saya merasa sangat kesal dengan pikiran dan sankhara ini. Kadang jika pikiran atau sankhara muncul, saya berasa agak kecewa jika tidak bisa kontrol. Kadang saya bisa merasakan ego saya sudah besar tapi sangat sulit untuk menganalisa dan menyadari Anicca. Bener2 bisa putus asa kadang...

Pertanyaan saya:

1. Apakah ini wajar sebagai pemula?
2. Atau ini gara2 saya salah mempelajari tekniknya?
3. Apa nasehat Bhante untuk saya?

**Jawaban:**



1. Pikiran bukanlah seperti garis lurus yang dapat diperintah dengan mudah. Bukan demikian. Satu contoh sederhana adalah proses tidur. Kalau dipaksa dan ditarget, maka orang malah sulit untuk tidur. Tidur hanya bisa dicapai ketika seseorang memenuhi berbagai kondisi awalnya, seperti tenang lahir dan batin.

Demikian pula dengan melatih meditasi, semakin berkeinginan untuk mendapatkan kemajuan, semakin sulit pikiran dikendalikan. Lebih baik dijalani proses meditasi yang dasar yaitu duduk dengan baik dan hanya memperhatikan obyek yang dipilih. Segala bentuk pikiran termasuk keinginan untuk maju hendaknya dikendalikan dan dipusatkan kembali pada obyek. Dengan cara demikian, maka meditasi justru akan mendapatkan banyak kemajuan.

Memang, untuk seorang pemula adalah wajar memiliki keinginan menggebu mencapai hasil yang maksimal dalam waktu yang singkat, namun sadarilah bahwa hal ini justru akan mematahkan semangat berlatih meditasi apabila mengalami kegagalan. Patah semangat ini telah dialami dengan mulai jarang bermeditasi. Padahal, semakin jarang bermeditasi, pikiran akan semakin sulit dikendalikan. Meditasi adalah membiasakan diri mengendalikan pikiran. Dengan demikian, rutinitas dan ketekunan berlatih sangatlah diperlukan.

2. Apabila seseorang melatih meditasi sendiri atau berdasarkan buku tertentu, kadang memang bisa terjadi kekeliruan dalam memahami teknik meditasi tersebut. Akan tetapi, guru dan teknik meditasi yang telah pernah dijalani itu adalah termasuk teknik yang baik. Dengan demikian, teruskan saja latihan yang telah pernah dikerjakan. Kuncinya justru pada pengendalian pikiran sendiri. Ikuti teknik itu setahap demi setahap, maka kemajuan dalam meditasi akan dapat dicapai.

3. Keberhasilan melatih meditasi membutuhkan persyaratan dasar secara lahir dan batin. Secara lahir, seseorang hendaknya selalu tekun dan disiplin berlatih, rutin setiap hari dua kali berlatih meditasi. Gunakan tempat dan waktu yang sama. Sedangkan secara batin, seorang yang melatih meditasi hendaknya selalu penuh semangat untuk terus dan terus mengembalikan segala bentuk perasaan yang dialami pada obyek yang dipilih. Dengan demikian, kebosanan, kejengkelan dsb, segera sadari dan kembalikan pada obyek. Atau, amati segala bentuk perasaan tersebut sehingga akhirnya akan lenyap sendiri. Dengan batin yang teguh dan terus bersemangat untuk memegang obyek akan menjadi dasar keberhasilan meditasi. Semoga saran singkat ini dapat memberikan manfaat.

Semoga berhasil dalam bermeditasi.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

33. Dari: **Kus**, Jerman

Namo Budhaya Bhante,

Apakah sampai saat ini ada terjemahan yg lengkap dari Sutta-Pitaka dan Abhidhamma-Pitaka ke dalam bahasa Indonesia (Buku, Web-site, dll)?

(Saya selama ini hanya membaca Isi Sutta-Pitaka dari "Samaggi-Phala"). Bila ada

dimana bisa didapatkannya?

**Jawaban:**

Sebagai umat Buddha, memang idealnya pernah melihat, apalagi pernah membaca Tipitaka secara lengkap, yaitu Vinaya Pitaka, Sutta Pitaka dan juga Abhidhamma Pitaka. Sayangnya ketiga Pitaka tersebut belum ada yang lengkap diterbitkan dalam bahasa Indonesia. Bahkan terjemahan dalam bahasa Inggris pun sampai sekarang masih belum lengkap. Ketidaklengkapan Tipitaka dalam bahasa Inggris ini adalah karena sedemikian banyak kitab yang harus diterjemahkan. Sampai saat ini, kitab Tipitaka yang diterbitkan dalam bahasa Inggris 'baru' berjumlah 52 buku, masih ada beberapa buku lagi yang harus diselesaikan.

Meskipun demikian, apabila memiliki kemampuan bahasa Inggris yang memadai, silahkan membuka beberapa website yang berisikan naskah Tipitaka yang agak memadai dan lengkap. Website tersebut adalah:

1. *Access to Insight* (<http://www.accesstoinsight.org/canon/index.html>)
2. *Wikipedia* (<http://en.wikipedia.org/wiki/Tipitaka>)
3. *UK Online* (<http://web.ukonline.co.uk/buddhism/tipitaka.htm>)

Meskipun tidak begitu banyak website yang dicantumkan di sini, semoga tetap dapat memberikan manfaat. Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

34. Dari: **Soetrisno**, Yogyakarta

Namo Buddhaya

Bhante, yang dianggap mahluk TERkecil dan TERbesar dalam agama Buddha itu namanya apa ?

Dan kalau kita memikirkan yang "TER" apakah itu yang dikatakan melekat oleh konsep?

**Jawaban:**

Buddha Dhamma adalah Ajaran Sang Buddha yang akan menuntun mereka yang melaksanakannya agar dapat terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Dasar inilah yang menjadikan Agama Buddha tidak harus menjawab semua pertanyaan yang ada. Bahkan dalam *Anguttara Nikaya II, 46* diberikan beberapa cara Sang Buddha menjawab pertanyaan. Keempat cara tersebut adalah:

1. Semua pertanyaan dijawab secara langsung.
2. Pertanyaan dijawab dengan pertanyaan kembali.
3. Pertanyaan yang diajukan tidak diberikan jawaban atau didiamkan.
4. Pertanyaan dijawab secara berbeda disesuaikan dengan si penanya.

Pertanyaan tentang mahluk terbesar dan terkecil adalah merupakan pertanyaan yang tidak ada hubungannya dengan tujuan Buddha Dhamma yaitu kebebasan dari ketamakan, kebencian serta gelapan batin. Oleh karena itu, pertanyaan tersebut tidak diberikan jawaban. Hal ini bukan karena kemelekatan pada konsep, melainkan kurang bermanfaat untuk perkembangan batin atau menuju ke kesucian.

Semoga hal ini dapat dimaklumi.  
Semoga bahagia.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

35. Dari: **Edy**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante ada yang ingin saya tanyakan mengenai, pelepasan hewan....

1. Bhante kalo misalnya saya melepaskan burung, tetapi misalnya harga seekor burung pipit Rp. 3.000,-, dan saya tidak menawar sehingga langsung beli, apakah itu disebut sebagai orang bodoh baik hati?

2. Seandainya saya fangsen tetapi saya mengambil ukuran uang sebagai patokan nilai misalnya budget saya Rp. 24.000,- berarti saya hanya dapat membeli burung sebanyak 8 ekor, (itu tidak ditawar). Lain halnya kalo saya tawar, apakah itu diperbolehkan? Apakah ini juga disebut sebagai orang bodoh baik hati?

3. Bhante, seandainya kita fangsen burung dengan menggunakan paritta Sumanggala Gatha II, lalu bertekad, semoga saya terbebas dari masalah kesehatan apa bisa, dan boleh?

Terima kasih.

**Jawaban:**

1. Kebiasaan melepas makhluk adalah merupakan kebiasaan yang baik, apalagi kalau memang makhluk itu pasti akan mengalami kematian, misalnya saja ikan lele di warung lele. Demikian pula dengan melepaskan burung, hal ini dapat sering dilakukan oleh seorang umat Buddha. Dalam masyarakat Buddhis sering berkembang pengertian bahwa pada saat membeli makhluk yang akan dilepas, hendaknya tidak ditawar lagi. Pendapat ini tentunya kurang tepat, apalagi kalau memang harga makhluk itu jauh di atas harga rata-rata. Semuanya harus dilakukan dengan bijaksana.

2. Seseorang boleh saja mempergunakan nilai uang sebagai batas maksimal makhluk yang akan dilepaskan. Justru dengan menawar harga makhluk tersebut, ia akan mendapatkan makhluk yang lebih banyak lagi untuk dilepaskan. Dengan demikian, akan banyak makhluk yang akan mendapatkan kebahagiaan daripada kalau tidak ditawar. Inilah yang memang seharusnya umat Buddha kerjakan, dengan nilai uang yang sama akan mendapatkan lebih banyak makhluk yang dibebaskan.

3 Pada saat melepaskan makhluk, seseorang dapat membaca paritta tersebut, atau bahkan ditambahkan Karaniyametta Sutta, atau berbagai paritta yang lain. Kemudian, orang juga dapat mengucapkan tekad bahwa seperti dalam hukum sebab dan akibat, menanam padi akan tumbuh padi, maka pada saat ini menanam kebebasan semoga dapat terbebas pula dari segala macam kesulitan dan kesakitan.

Bisa dan boleh saja orang mengucapkan tekad tersebut. Tidak masalah.

Semoga dengan segala niat baik yang telah dilakukan dapatlah memberikan kondisi karma baik Anda berbuah sesuai dengan yang diharapkan.

Semoga demikianlah adanya.

Salam metta,  
B. Uttamo

---

36. Dari: **Ming**, Jakarta

Namo Buddhaya, Bhante

Terimakasih penjelasan Bhante atas pertanyaan saya terdahulu. Setiap pagi dan sore saya membacakan paritta di depan altar. Yang ingin saya tanyakan, bolehkah saat menjaga toko (saat sepi pengunjung) saya membacakan/mengulang paritta termasuk *Saccakiriya Gatha*, *Khanda Paritta*, *Atanatiya Paritta* dan *Abhaya Paritta*? Saya juga membacakan artinya dalam bahasa Indonesia seperti yang pernah Bhante sarankan pada salah seorang peserta forum tanya jawab untuk membaca arti paritta dalam bahasa Indonesia. Apakah benar paritta tersebut di atas hanya boleh dibacakan dengan bimbingan Pandita atau Bhikkhu?

Terimakasih Bhante.

**Jawaban:**

Adalah sangat baik untuk sering membaca paritta karena kebiasaan ini selain menambah kebajikan lewat ucapan, perbuatan serta pikiran juga akan dapat meningkatkan kualitas batin kita sebagai umat Buddha. Waktu pembacaan paritta hendaknya disesuaikan dengan perbedaan kesibukan yang dimiliki oleh setiap orang. Biasanya orang membaca paritta pada pagi dan sore atau malam hari seperti yang telah dikerjakan selama ini. Apabila ingin menambahkan waktu membaca paritta di kala senggang pada saat menjaga toko, tentu saja hal ini tidak masalah sejauh tidak mengganggu pekerjaan atau tanggung jawab yang dimiliki. Akan tetapi, hendaknya dipikirkan terlebih dahulu apabila ditengah pembacaan paritta masuklah seorang pembeli di toko. Apabila pembeli datang juga tidak mengganggu proses pembacaan paritta yang sedang berlangsung, maka pembacaan paritta di toko tersebut tidak masalah untuk dikerjakan ataupun dijadikan kebiasaan. Sedangkan, apabila datangnya pembeli dapat mengganggu pembacaan paritta, maka lebih baik selama tidak ada pembeli dalam hati mengucapkan sebanyak mungkin kalimat: 'Semoga semua mahluk berbahagia'.

Pembacaan paritta yang sesungguhnya mengulang kotbah Sang Buddha tidak harus selalu mendapatkan bimbingan dari pandita maupun bhikkhu. Seseorang dapat membaca paritta di setiap waktu dan tempat.

Oleh karena itu, lanjutkan kebiasaan membaca paritta yang sangat baik tersebut.

Semoga dengan kebajikan yang sering dikerjakan dapatlah membuahkan kebaikan dan kebahagiaan sesuai dengan yang diharapkan.

Semoga demikianlah adanya.

Salam metta,  
B. Uttamo

---

37. Dari: **Intan Chalik Wijaya**, Medan

Terima kasih sebelumnya atas jawaban dari pertanyaan saya yang lalu. Mengenai

Buddha Maitreya, sebelumnya sih saya udah bertanya dengan teman dekat saya yang menganut ajaran Maitreya. Dia mengatakan bahwa Maitreya itu sebenarnya udah pernah lahir, cuman katanya kan dia bodhisatva, dan arti bodhisatva itu sendiri kan orang yang menunda pencapaian Penerangan Sempurna. Jadi katanya Buddha Maitreya menunda pencapaian Penerangan Sempurna dan inilah saatnya dia muncul. Saya sih tetap menghormati ajarannya meskipun saya gak yakin, karena saya penganut Ajaran Buddha Gautama. Jadi mana mungkin saya sembah dua ajaran Buddha sekaligus.

Jadi bagaimana menurut pendapat Banthe?

Dan secara pribadi apakah Bhante percaya dan yakin dengan adanya Buddha Maitreya saat sekarang ini.

Saya pernah melihat vcd tentang kotbah Bhante Uttamo di Solo, tentang pelimpahan jasa. Saya bawa cdnya ke rumah. Rumah saya di Rantau Prapat, kira2 5 jam dari Medan. Setelah orang tua saya mendengar, ayah saya meminjamnya dan membawa cdnya untuk dibuka di Vihara Buddha Jayanti (nama salah satu vihara di kota kami). Setelah orang2 disana mendengarnya mereka berkata kepada ayah saya kalau mereka menyukai kotbah yang Bhante bicarakan; maksudnya cara penyampaiannya yang begitu rileks dan santai. Mereka mau mengundang Bhante untuk datang ke Rantau Prapat.

Saya ingin bertanya: bagaimana prosedur mengundang Bhante ke kota kami?

Kadang2 saya kok merasa sepertinya keadaan yang saat itu saya alami sepertinya sudah pernah saya alami. bahkan teman saya juga mengatakan demikian. Misalnya, saya berada divihara dan sedang sembahyang, namun terlintas dipikiran saya bahwa sepertinya ini sudah pernah saya alami dan keadaannya juga sama persis. Jadi menurut Bhante ini apa sebabnya? Apakah ada hubungan dengan karma masa lalu atau ada sesuatu dibalik rahasia ini.

Demikian saja pertanyaan dari saya.

Akhir kata saya ucapkan Selamat Hari Raya Imlek. Semoga Bhante sehat-sehat selalu dan selalu berada dalam lindungan Buddha.

Terima kasih.

### **Jawaban:**

Pandangan dan sikap Anda terhadap Ajaran Buddha Maitreya kiranya sudah cukup baik. Sikap untuk dapat saling menghormati dengan penganut ajaran yang berbeda dengan ajaran yang kita percayai adalah merupakan dasar untuk saling bersahabat dalam masyarakat. Sesungguhnya hubungan dan persahabatan dalam masyarakat hendaknya bukan ditentukan oleh agama maupun kepercayaan yang dianut seseorang. Komunikasi yang baik hendaknya berdasarkan hubungan antar pribadi yang saling membantu dan mengisi, apapun agama dan kepercayaan yang dianutnya. Apabila pola hidup ini dapat diterapkan, maka kemanapun seseorang pergi, dan bergaul, ia akan selalu bergembira.

Pendapat saya pribadi tentang Buddha Maitreya ini sudah dijelaskan dalam jawaban pertanyaan yang sebelumnya. Silahkan buka kembali. Paling tidak, saya akan kutipkan sebagian di sini bahwa *Buddha Maitreya memang belum dilahirkan di dunia ini. Beliau masih sebagai bodhisattva di Surga Tusita.*

Anumodana atas berita baik tentang manfaat VCD ceramah Pelimpahan Jasa, semoga

pembabaran Dhamma dalam VCD tersebut akan dapat menambah keyakinan para umat Buddha di sana terhadap Buddha Dhamma serta meningkatkan kualitas pelaksanaan Dhamma dalam kehidupan sehari-hari.

Anumodana pula atas undangan ceramah di Rantau Prapat, semoga pada suatu saat nanti saya dapat berkunjung dan bertemu dengan para umat Buddha di sana. Untuk itu, silahkan hubungi dan tanyakan berbagai persyaratannya kepada Ketua Bhikkhu Daerah Pembinaan Sumatera Utara atau langsung ke Sekretariat Sangha Theravada Indonesia di:

Wisma Sangha Theravada Indonesia  
Jl. Margasatwa 9 ( Depan BBC )  
Pondok Labu  
Jakarta 12450  
Tel. 0811 432250

Pengalaman pribadi yang merasakan seolah-olah pernah melakukan sesuatu yang sama di masa lampau, sebenarnya berhubungan dengan kemampuan 'melihat peristiwa yang akan datang' dalam bentuk mimpi. Jadi, mungkin kegiatan yang dirasakan itu sudah beberapa kali dimimpikan sebelumnya. Penyebab lainnya, apabila orang merasa pernah ke suatu gedung yang sudah cukup tua, maka ada kemungkinan dalam kehidupan yang lalu, ia pernah juga pergi atau tinggal di tempat itu.

Selamat Tahun Baru Imlek. Semoga dengan datangnya tahun yang baru ini juga akan memberikan semangat dan kebahagiaan yang baru pula. Semoga selalu bahagia.

Salam metta,  
B. Uttamo

---

38. Dari: **Eurika Winata**, Surabaya

Namo Buddhaya

Ada beberapa pertanyaan yang akan saya tanyakan:

1. Apakah arti berdoa dalam Agama Buddha? Apakah berdoa itu berbicara kepada Tuhan seperti dalam agama lain? Apakah manfaat kita berdoa?
2. Apa manfaat melaksanakan Dhamma dalam kehidupan sehari-hari?
3. Agama Buddha mengajarkan kita untuk tidak membenci orang lain, tapi kalau orang itu membenci kita, apa yang harus kita lakukan? Nasehat apa yang harus kita berikan?

Terima kasih.

**Jawaban:**

1. Di dalam Agama Buddha sebenarnya tidak mempergunakan istilah 'doa' melainkan 'Puja Bakti'. Puja bakti yang dimaksudkan di sini adalah bahwa ketika seorang umat Buddha melakukan upacara ritual dengan membaca paritta, sesungguhnya ia sedang mengulang kotbah Sang Buddha. Setelah melakukan pengulangan kotbah Sang Buddha, umat hendaknya merenungkan dengan sungguh-sungguh arti kotbah tersebut. Hasil perenungan akan kotbah Sang Buddha itu hendaknya dapat dipergunakan dalam kehidupan sehari-hari sebagai pedoman hidup. Dengan

demikian, semakin sering seorang umat melakukan puja bakti, maka semakin baik pula prilakunya. Jadi, bertambahnya usia akan diiringi dengan bertambahnya kebijaksanaannya pula.

2. Tujuan Buddha Dhamma atau Kebenaran yang merupakan Ajaran Sang Buddha adalah untuk mengurangi ketamakan, kebencian dan kegelapan batin yang menjadi dasar perilaku kehidupan manusia. Seorang umat Buddha yang rajin melaksanakan Buddha Dhamma dalam kehidupan sehari-harinya akan mendapatkan kebahagiaan. Batinnya menjadi tenang, terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Ia akan selalu bahagia di kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya.

3. Buddha Dhamma memang mengajarkan umat manusia untuk tidak saling membenci. Hal inilah yang harus dikerjakan oleh para umat Buddha yang baik. Namun, dalam masyarakat tentu saja dapat dijumpai orang yang membenci kepada kita. Untuk itu, seorang umat Buddha hendaknya merenungkan bahwa memancarkan pikiran cinta kasih kepada semua makhluk termasuk mereka yang membenci adalah merupakan kebajikan melalui pikiran; sedangkan, dibenci oleh orang adalah merupakan buah karma buruk yang harus diterima. Oleh karena itu, kebencian hendaknya bukan dibalas dengan kebencian, melainkan dengan cinta kasih. Hal ini juga terdapat dalam *Dhammapada XVII, 3*:  
*Kalahkan kemarahan dengan cinta kasih dan*  
*Kalahkan kejahatan dengan kebajikan.*  
*Kalahkan kekikiran dengan kemurahan hati, dan*  
*Kalahkan kebohongan dengan kejujuran.*

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

39. Dari: **Sarah Anggraeni**, Surabaya

Namo Buddhaya

Saya memiliki beberapa pertanyaan:

1. Darimana asalnya Tuhan?

2. Dalam Agama Buddha disebut kalau Tuhan itu ada, terus mengapa ada orang yang berdoa kepada dewa? Kenapa orang tidak berdoa pada Tuhan?

Terima kasih

**Jawaban:**

1. Pertanyaan tentang 'asal' Tuhan adalah merupakan pertanyaan yang cukup luar biasa. Pada umumnya, orang akan bertanya tentang 'siapa' atau 'bagaimana' Tuhan.

Meskipun demikian, jawaban atas pertanyaan ini sudah terdapat dalam artikel:

KETUHANAN YANG MAHAESA dalam Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

Silahkan baca dan teliti terlebih dahulu.

2. Konsep Ketuhanan dalam Agama Buddha memang tidak sama dengan berbagai

konsep Ketuhanan yang biasa dikenal dalam masyarakat. Oleh karena itu, setelah membaca artikel yang disebutkan pada jawaban no. 1 itu, barulah dapat dimengerti bahwa Tuhan dalam Agama Buddha bukanlah tempat orang meminta sesuatu, melainkan menjadi tujuan hidup tertinggi seorang umat Buddha. Tuhan dalam Agama Buddha adalah Nibbana atau Nirwana. Seorang umat Buddha untuk mencapai Nibbana bukan dengan berdoa atau upacara saja, melainkan dengan perjuangan untuk mengurangi kejahatan, menambah kebajikan dan menyucikan pikiran dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin.

Oleh karena itu, dalam pengertian seorang umat Buddha, doa kepada para dewa bukanlah berisikan permintaan kepada mereka, melainkan menjadikan mereka sebagai panutan untuk kehidupan ini. Dengan demikian, seorang umat Buddha yang menghormati kepada dewa welas asih berarti ia akan selalu melaksanakan perilaku cinta kasih dalam kehidupan sehari-hari. Arca Buddha maupun para dewa lainnya adalah sebagai lambang dan idola hidupnya.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

40. Dari: **Johandi Poetra**, Jakarta Timur

Namo Buddhaya,

Bhante, kamma buruk apakah yang dilakukan seseorang sehingga tidak bisa mencapai jhana dalam meditasi samatha.

**Jawaban:**

Seseorang tidak dapat mencapai Jhana dalam bermeditasi biasanya adalah karena kurang tekun dan uletnya dalam melatih meditasi. Oleh karena itu, pelaku meditasi hendaknya berusaha dengan disiplin untuk melatih meditasi secara rutin pagi dan malam. Biasakan berlatih meditasi minimal setengah jam setiap kali bermeditasi. Lebih lama, tentunya akan lebih baik. Usahakan untuk mendapatkan bimbingan dari orang yang dianggap mampu dan berpengalaman dalam meditasi. Kemudian, gunakan waktu tertentu dalam satu tahun untuk bermeditasi secara intensif di vihara yang menyediakan kesempatan untuk melatih meditasi.

Apabila beberapa kondisi ini dilakukan, maka pelaku meditasi dapat meningkatkan kualitas batinnya untuk mencapai taraf meditasi sesuai dengan yang diharapkan.

Semoga keterangan singkat ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

41. Dari: **Melyani**, mataram

Namo Buddhaya, Bhante,

Menyambung pertanyaan dari teman di Makassar tempo hari, ada beberapa hal yang ingin saya tanyakan:



1. Bila semua yang ada di dunia ini adalah hasil proses bukan karena diciptakan, maka bagaimana proses ini bisa terjadi? Apakah terjadi secara alami (bukan karena diatur oleh sesuatu?)
2. Apakah wajar bila kita mengucapkan Paritta pada saat bersembahyang di kelenteng, di mana terdapat banyak patung para dewa.  
Mungkin ini dulu pertanyaan saya, semoga mendapat tanggapan yang bermanfaat.  
Salam metta selalu.

**Jawaban:**

1. Proses sebab dan akibat alami yang menjadikan dunia dengan seluruh isinya ini sudah tidak diketahui asal mulanya walaupun bukan berarti tidak ada. Hal ini karena bumi terbentuk, kiamat dan terbentuk lagi untuk jumlah yang sudah tidak terhingga. Oleh karena itu, di dalam Dhamma, usaha untuk mencari awal terjadinya seluruh proses sebab dan akibat yang alami ini hanya akan menghabiskan waktu serta tidak akan membawa kemajuan batin menuju ke kesucian. Sang Buddha hanya menerangkan asal mula terjadinya dunia yang dihuni saat ini saja. Keterangan Sang Buddha tersebut dapat dibaca dalam KEJADIAN BUMI DAN MANUSIA, dari Website Samaggi Phala, Naskah Dhamma.

2. Membaca paritta yang berarti mengulang kotbah Sang Buddha dapat dilakukan di manapun saja, termasuk di depan arca para dewa di kelenteng. Hal ini karena pembacaan paritta adalah merupakan kebajikan untuk diri sendiri maupun makhluk lain. Disebut sebagai 'kebajikan untuk diri sendiri' adalah karena selama membaca paritta, seseorang akan mengarahkan ucapan, perbuatan dan pikirannya untuk menghindari keburukan. Sedangkan, disebut sebagai 'kebajikan untuk makhluk lain' adalah karena pembacaan paritta memungkinkan makhluk lain yang berada di sekitar pembaca mendengar dan memahami kotbah Sang Buddha tersebut. Namun, apabila seseorang kurang mempunyai kesempatan untuk membaca paritta secara lengkap, maka disarankan agar lebih sering membaca dalam batin kalimat cinta kasih yaitu: "Semoga semua makhluk berbahagia".

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

42. Dari: **Suryo Hariono**, Surabaya

Terimakasih saya ucapkan kepada Bhante Uttamo yang telah berkenan memberikan jawaban atas pertanyaan yang telah saya ajukan. Kali ini ada beberapa hal tentang yang hendak saya tanyakan mengenai pikiran, yaitu:

1. Konsep "Saya ada maka Saya Berpikir" dengan "Saya berpikir maka Saya ada" (Filosof Dante). Sedangkan saya berpandangan bahwa "Saya tidak berpikir Saya ada" atau "Saya berpikir bahwa Saya tidak pernah ada", terutama kalau dikaitkan dengan konsep Anatta, mohon penjelasannya. Apakah Konsep saya ini salah?
2. Tentang "jati diri" versus pikiran, ada hal yang menggelitik pemikiran saya, yaitu kondisi mental dan pikiran orang gila (sakit jiwa), bagaimana? dan kira-kira Karma apa yang menyebabkan seseorang lahir sebagai orang gila (sakit jiwa)?

3. Mengenai perilaku dan keinginan bunuh diri (suicide) apakah benar akan menjadi suatu kebiasaan, artinya jika seseorang melakukan bunuh diri pada kehidupannya sekarang adalah juga yang bersangkutan dalam kehidupan terdahulunya juga telah melakukan bunuh diri? dan sebaliknya.
4. Perihal Kelahiran kembali saya pernah membaca buku "Reinkarnasi" (terbitan BIP Gramedia - 2003) tentang seorang yang selalu dilahirkan bersama pasangan hidupnya sampai +/- 40 kali kelahiran dan selalu berakhir dengan tragis yaitu terbunuhnya orang tersebut oleh pasangannya. Yang saya tanyakan bisakah kekuatan kebencian menjadi sebab semua itu? ataukah justru kekuatan cinta kasih? Lebih kuat mana antara kekuatan kebencian dengan kekuatan cinta kasih?
5. Menyambung pertanyaan No.4, kaitannya dengan Kehidupan Bodhisatta Siddhatta bersama Devadatta yang selalu memusuhi Beliau. Padahal Sang Bodhisatta sendiri tidak pernah menanggapi alias bersikap netral, tetapi kenapa Beliau berdua selalu bertemu dalam keadaan demikian? Bagaimana cara memutusnya? Mohon penjelasannya.

**Jawaban:**

1. Memiliki konsep tentang 'diri sendiri' yang berbeda dengan pandangan yang sudah ada dalam masyarakat adalah merupakan hal yang wajar. Namun, sesuai dengan konsep Anatta yang ada dalam Buddha Dhamma, seorang umat Buddha hendaknya melihat bahwa segala sesuatu di dunia ini hanyalah paduan unsur yang tanpa inti kekal. Dengan demikian, yang disebut 'saya' hanyalah merupakan kesepakatan belaka untuk menunjuk seonggok tumpukan tulang dan daging yang berisi kekotoran ini. Penyebutan 'saya' hanyalah untuk membedakan dengan sebutan 'kamu' yang pada hakekatnya semuanya hanyalah paduan unsur belaka. Jadi, semua sebutan itu hanyalah kosong belaka. Bukan kebenaran sejati. Kalau semuanya hanyalah merupakan kekosongan, maka siapa pula yang berpikir? Siapa yang ada dan tidak ada? Sesungguhnya, dalam kehidupan ini, tidak ada yang berpikir, tidak ada pula yang dipikir, yang ada hanyalah proses pikiran. Cobalah renungkan terlebih dahulu hal yang sangat penting ini sebelum menentukan keberadaan atau ketidakberadaan sang aku.
2. Seseorang yang dianggap gila apabila ia memiliki niat untuk melakukan sesuatu namun ia tidak menyadari akibat perbuatan yang dilakukannya. Dalam Dhamma, orang gila karena mempunyai niat, maka ia juga telah melakukan karma yang baik maupun buruk. Akan tetapi, karma penyebab seseorang terlahir sebagai orang gila tidak mudah diuraikan di sini karena buah karma tersebut adalah merupakan gabungan dari berbagai karma yang telah pernah dilakukan dalam banyak kehidupannya yang lalu. Sebagai tambahan keterangan jawaban ini, silahkan buka pada pertanyaan sejenis di: [http://www.samaggi-phala.or.id/ftj\\_dtl.php?id=157](http://www.samaggi-phala.or.id/ftj_dtl.php?id=157)
3. Dalam salah satu sumber Dhamma di luar Tipitaka memang pernah disebutkan bahwa perilaku bunuh diri di salah satu kehidupan akan mengkondisikan ia terlahir di lingkungan yang memungkinkan dia untuk bunuh diri kembali di berbagai kehidupan yang akan datang.
4. Cinta dan benci memang akan mengkondisikan satu makhluk terlahir berdekatan

dengan yang lain. Hal ini karena dengan adanya cinta dan benci satu makhluk akan mencari makhluk yang lainnya. Perasaan cinta diwujudkan dengan mencari makhluk yang dicintainya agar dapat dibahagiakan. Perasaan benci akan mencari makhluk yang tidak disukainya untuk disakiti lahir maupun batinnya. Kedua jenis perasaan yang saling bertolak belakang ini sama besar kekuatannya. Seseorang yang meninggal dengan memiliki salah satu perasaan tersebut akan dapat terlahir di sekitar obyek perasaannya. Oleh karena itu, seseorang bisa timbul rasa cinta maupun benci pada pandangan pertama. Hal ini adalah akibat dari karma lampau yang kuat. Untuk mengatasi rasa benci yang timbul dari karma lampau, hendaknya seseorang selalu memancarkan pikiran cinta kasih kepada obyek yang dibencinya. Karena kebencian tidak akan berakhir dengan kebencian, melainkan dengan cinta kasih.

*Dhammapada I, 5:*

*Kebencian tidak akan pernah berakhir*

*Apabila dibalas dengan kebencian.*

*Tetapi, kebencian akan berakhir*

*Apabila dibalas dengan tidak membenci.*

*Inilah satu hukum yang abadi.*

5. Ikatan kelahiran yang selalu berdekatan antara Pangeran Siddhatta dan Devadatta telah terputuskan ketika Pangeran Siddhatta mencapai kesucian dan menjadi seorang Buddha.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

43. Dari: **Suhardiman**, Medan

Kami ada tugas sejarah mengenai Agama Buddha di Indonesia. Saya sangat minta tolong untuk dijawab pertanyaan saya.

Pertanyaan sebagai berikut:

1. Kenapa didepan rumah peribadatan Umat Buddha (VIHARA) selalu ada patung naga?
2. Kenapa Umat Buddha memuliakan Sidharta Gautama Buddha?
3. Kenapa umat Buddha identik dengan acara persembahan berupa sesaji didepan rumahnya?
4. Kenapa umat Buddha memuliakan roh orang yang telah meninggal (nenek moyang)?
5. Apa saja 3 peristiwa penting bagi umat Buddha?

**Jawaban:**

1. Dalam Tipitaka sebagai Kitab Suci Agama Buddha tidak pernah disebutkan peraturan pembuatan tempat ibadah umat Buddha. Dengan demikian, rancang bangun sebuah vihara sebagai tempat ibadah sepenuhnya tergantung pada kebijaksanaan para pengurus vihara itu sendiri. Pada umumnya, vihara dibangun dengan menyesuaikan kebutuhan para umat dan kebudayaan setempat. Oleh karena itu, pada kenyataannya tidak selalu terdapat patung naga di depan vihara. Mungkin ada kerancuan pengertian

antara vihara dan kelenteng yang pada umumnya terdapat simbol naga di depannya. Padahal, kelenteng tidak selalu berfungsi sebagai vihara, dan vihara tidak harus berupa kelenteng. Sebagai contoh, Vihara Samaggi Jaya di Blitar juga tidak ada patung naga di depan vihara. Demikian pula dengan sebagian besar vihara lainnya.

2. Siddhartha Gautama yang terlahir sebagai seorang pangeran di Kapilavastu, India tahun 623 SM adalah merupakan guru dan panutan para umat Buddha. Beliau berdasarkan rasa welas asih atas penderitaan umat manusia telah meninggalkan kenikmatan dunia untuk bertapa di hutan Uruvela selama enam tahun lamanya. Beliau kemudian menemukan cara untuk mengatasi penderitaan manusia dengan melatih sistematika pengendalian pikiran. Hal ini karena pikiran adalah merupakan sumber suka dan duka manusia. Ajaran pokok Beliau yang dikenal dengan **Empat Kesunyataan Mulia** dapat dilaksanakan oleh siapapun juga tanpa memandang kedudukan, bangsa maupun budaya. Orang yang berhasil melaksanakan Empat Kesunyataan Mulia akan mendapatkan ketenangan karena batin terbebas dari ketakutan, kebencian dan kegelapan batin. Orang yang sedemikian ini disebut telah mencapai kesucian atau Nibbana yaitu mereka yang sudah tidak terlahirkan kembali. Cinta kasih, keluhuran ajaran dan kemuliaan Sang Buddha Gotama inilah yang menjadikan para umatnya menghormati Beliau sebagai Guru Agung. Beliau dipuja dengan cara mengulang dan merenungkan Ajaran Beliau agar dapat dijadikan pedoman hidup sehari-hari. Pemujaan sejati kepada Sang Buddha justru dengan melaksanakan Ajaran Sang Buddha bukan pada upacara maupun sesajian.

3. Menjadi seorang umat Buddha bukan berarti terlepas sama sekali dari tradisi yang semula telah dilaksanakannya sebagai bagian dari kebiasaan turun temurun yang berlaku dalam masyarakatnya. Dengan demikian, seorang umat Buddha dapat juga mempersembahkan berbagai makanan serta buah-buahan sebagai bentuk penghormatan apabila memang hal itu telah menjadi tradisinya. Yang penting dimengerti di sini adalah ketika mempersembahkan makanan serta buah-buahan, batin mereka hendaknya merenungkan: "Saya mempersembahkan makanan dan buah-buahan yang terbaik kepada Sang Guru Agung, dengan ini saya bertekad untuk memberikan ucapan, perbuatan serta pikiran yang terbaik pula kepada masyarakat luas." Dengan demikian, seorang umat Buddha bukan hanya sekedar mempersembahkan makanan serta buah-buahan, melainkan menjadikan persembahan itu sebagai lambang tekad dan semangatnya untuk merenungkan dan melaksanakan Ajaran Sang Buddha dalam kehidupan sehari-hari.

4. Seorang umat Buddha diajarkan oleh Sang Buddha untuk selalu memberikan penghormatan dan kasih sayang kepada sesama makhluk baik ketika mereka masih hidup maupun setelah mereka meninggal dunia. Ketika masih hidup, mereka dapat diberikan kebahagiaan melalui ucapan, perbuatan dan pikiran yang bermanfaat dan membahagiakan mereka. Setelah meninggal dunia, jasa kebajikan mereka semasa hidupnya hendaknya tetap dikenang. Setelah mengingat kebajikan para leluhur, seorang umat Buddha hendaknya dapat melakukan pelimpahan jasa. Pelimpahan jasa adalah melakukan kebajikan kepada makhluk lain atas nama mereka yang telah meninggal. Jadi, seorang umat Buddha, misalnya, dapat mempersembahkan berbagai kebutuhan pokok para anak yatim di panti asuhan atas nama para leluhur yang sudah

meninggal. Mereka juga dapat menjadi donor darah atas nama yang meninggal, atau berbagai kebajikan lainnya yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, umat Buddha bukan meminta-minta keselamatan kepada para leluhur yang sudah meninggal, melainkan berbuat baik atas nama mereka sebagai bentuk peringatan bahwa bagaimanapun juga, para leluhur tersebut telah pernah berjasa kepada generasi berikutnya, paling tidak, mereka telah menurunkan generasi penerusnya.

5. Di dalam tradisi Buddhis, sebenarnya dalam satu tahun terdapat EMPAT peristiwa penting yang diperingati dan dijadikan sebagai hari raya umat Buddha. Hari raya pertama adalah pada saat purnama sidhi (bulan purnama) di bulan Magha yaitu sekitar bulan Februari-Maret yang dikenal dengan Magha Puja. Magha Puja adalah untuk memperingati pertama kali Sang Buddha memberikan peraturan dasar kehidupan seorang bhikkhu.

Hari raya kedua adalah pada saat tepat purnama sidhi di bulan Waisak atau sekitar bulan Mei-Juni. Peringatan Waisak di Indonesia telah dijadikan hari libur nasional. Waisak adalah kesempatan untuk memperingati tiga peristiwa penting yang terjadi dalam kehidupan Sang Buddha. Ketiga peristiwa penting tersebut adalah saat Pangeran Siddhatta dilahirkan, saat Beliau mencapai kesucian atau menjadi seorang Buddha yang disebut sebagai Buddha Gotama, dan saat Beliau mangkat atau wafatnya Sang Buddha Gotama. Saat Waisak juga merupakan pergantian tahun Buddhis. Perhitungan tahun Buddhis dimulai sejak Sang Buddha Gotama wafat, dan Waisak yang akan dirayakan pada tanggal 3 Juni 2004 nanti adalah saat para umat Buddha memasuki tahun Buddhis 2548.

Hari raya ketiga adalah pada saat purnama sidhi di bulan Asadha atau sekitar bulan Juli-Oktober yang dikenal dengan Hari Asadha. Hari Asadha adalah untuk memperingati pertama kali Sang Buddha mengajarkan Dhamma kepada lima pertama di Taman Rusa Isipatana setelah Beliau mencapai kesucian. Sejak saat itu sampai sekarang dan di masa datang, Buddha Dhamma dikenal oleh umat manusia, bahkan para dewa sekalipun.

Hari raya keempat dirayakan selama satu bulan penuh mulai bulan Oktober sampai dengan November yaitu Hari Raya Kathina. Hari Raya Kathina adalah akhir tiga bulan masa penghujan di India. Selama masa perayaan Kathina, para umat Buddha memiliki kesempatan untuk berkunjung ke banyak vihara dan mempersembahkan berbagai kebutuhan para bhikkhu. Kesempatan Kathina adalah kesempatan untuk berbuat baik sekaligus mendukung kelestarian Buddha Dhamma di alam semesta ini.

Itulah empat peristiwa penting yang biasanya dirayakan oleh seorang umat Buddha. Sedangkan, apabila maksud pertanyaan di atas adalah tentang tiga peristiwa penting untuk seorang umat Buddha, tentunya hal ini menjadi bersifat relatif. Artinya, semua orang mempunyai sudut pandang sendiri mengenai hal yang penting dan tidak penting dalam kehidupannya. Padahal dalam Buddha Dhamma urusan ini bukanlah sesuatu yang harus dipermasalahkan. Paling penting dalam Agama Buddha, seorang umat Buddha hendaknya dapat berjuang untuk melatih batinnya agar terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin. Inilah kondisi seorang umat Buddha untuk mencapai kesucian atau Nibbana atau Nirwana yang merupakan tujuan akhir seorang umat Buddha.

Semoga penjelasan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

44. Dari: **Ariyadevi Asnah Mariani**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, saya pernah membaca "Kewajiban anak terhadap orang tuanya yang telah meninggal adalah berbuat kebaikan dan menyalurkan jasa-jasa atas kebaikan itu untuk almarhum orang tuanya. Bila ulang tahun kematian dari orang tuanya, membuat dana dan kemudian mempersembahkan dana ini untuk kebahagiaan almarhum".

Pertanyaan saya adalah :

1. Jenis kebaikan apa saja yang bisa kita lakukan agar jasa tersebut bisa dilimpahkan kepada almarhum orang tua ?
2. Bagaimana tata cara pelimpahan jasa yang sebaiknya kepada almarhum orang tua setelah kita berbuat kebaikan ? Kami pernah didampingi oleh Bhante di vihara untuk melakukan pelimpahan jasa setelah berdana. Apakah kami dapat melakukan sendiri atautkah sebaiknya didampingi oleh Bhante ? Pertimbangan kami adalah agar tidak merepotkan Bhante.

Terima kasih atas penjelasan Bhante

**Jawaban:**

1. Seorang umat Buddha diajarkan Sang Buddha untuk selalu menghormati orangtuanya di kala masih hidup maupun setelah mereka meninggal dunia. Dalam *Sigalovada Sutta (Digha Nikaya III, 188)* telah disebutkan tugas anak kepada orangtuanya yaitu:

- a. Merawat orangtua yang telah merawat dan melahirkannya
- b. Membantu menyelesaikan berbagai tugas yang harus dikerjakan oleh orangtua
- c. Menjaga nama baik keluarga
- d. Menjaga prilaku yang baik dan sesuai agar orangtua mempercayai anak untuk menerima warisan mereka

e. Melakukan pelimpahan jasa atas nama orangtua yang sudah meninggal dunia. Pelimpahan jasa adalah melakukan perbuatan baik atas nama mereka yang sudah meninggal dunia. Hal ini karena dalam pengertian Buddhis, seseorang yang sudah meninggal dunia tidak dapat lagi diminta untuk memberikan keselamatan maupun perlindungan kepada anggota keluarganya yang masih hidup. Perbuatan baik yang dapat dilakukan adalah dengan melalui badan, ucapan dan juga pikiran.

Perbuatan melalui badan, dapat dilakukan misalnya dengan mendatangi panti asuhan, panti jompo dan berbagai tempat sosial lainnya untuk berbuat baik di sana. Perbuatan baik dapat dilakukan dengan menyerahkan berbagai kebutuhan penghuni di sana. Kebajikan juga dapat dilakukan secara fisik, misalnya donor darah. Perbuatan baik melalui badan ini dapat diwujudkan dalam berbagai kegiatan yang tak terhingga banyaknya. Hal terpenting adalah segala perbuatan baik itu hendaknya dapat memberikan kebahagiaan kepada lingkungannya.

Perbuatan baik melalui ucapan dapat dilakukan dengan banyak memberikan nasehat maupun saran kepada mereka yang memerlukan pendapat dan saran kita. Kebajikan

melalui ucapan dapat dilakukan dengan mengucapkan berbagai perkataan yang membawa kedamaian pendengarnya, bukan mengakibatkan kebencian maupun permusuhan. Jenis kebajikan ini juga sangat banyak tak terkira.

Perbuatan baik melalui pikiran dapat diwujudkan dengan sering mengembangkan pikiran cinta kasih. Pengembangan batin ini dilakukan dengan sering mengucapkan dalam batin kalimat: "Semoga semua makhluk berbahagia". Semakin sering seseorang mengucapkan kalimat ini, maka batinnya akan semakin tenang. Emosinya akan lebih mudah dikendalikan. Pikirannya akan terbebas dari berbagai kebencian maupun dendam yang menyiksa. Selain itu, kebajikan melalui pikiran juga dapat dikembangkan melalui meditasi secara rutin setiap pagi dan sore, bahkan setiap saat selalu menyadari segala yang dilakukan, diucapkan maupun dipikirkan.

Semua kebajikan ini dapat dilakukan setiap kesempatan, dengan demikian, apabila malam hari menjelang tidur, orang dapat merenungkan berbagai kebajikan yang telah dilakukannya sepanjang hari tersebut dan dilimpahkan segala jasa kebajikannya kepada para leluhur, sanak keluarga yang sudah meninggal. Semoga dengan kebajikan ini akan membuahkan kebahagiaan untuk mereka di alam kelahirannya yang sekarang.

2. Tata upacara pelimpahan jasa dapat dilakukan berdasarkan tradisi setempat. Pada prinsipnya, berbuat baiklah dengan ucapan, perbuatan dan pikiran untuk limpahkanlah semua jasa kebajikannya kepada para leluhur. Adalah hal yang baik apabila sekali-sekali ada seorang bhikkhu yang dapat membantu upacara pelimpahan jasa ini. Namun, kehadiran seorang bhikkhu bukanlah menjadi keharusan dalam pelimpahan jasa. Bahkan, seperti yang telah diuraikan pada jawaban di atas, seseorang dapat melakukan pelimpahan jasa setiap malam menjelang tidur dengan hanya mengucapkan tekad dalam batin.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

45. Dari: **Sutisna Sunarwan**, Cirebon

Namo Buddhaya Bhante,

Saya ingin bertanya:

1. Paritta apa yang harus dibacakan saat kita menghadapi orang yang sedang kesurupan ?
  2. Apakah orang yang sudah meninggal arwahnya dapat merasuki salah satu anggota keluarganya?
  3. Apa yang kita lakukan apabila kita melihat makhluk halus?
- Terima kasih atas penjelasan Bhante

**Jawaban:**

Pada prinsipnya dalam Buddha Dhamma makhluk halus adalah termasuk makhluk hidup yang menderita sehingga perlu ditolong, bukan dimusuhi. Oleh karena itu, apabila seorang umat Buddha bertemu dengan makhluk halus, hendaknya ia tidak merasa takut dan bahkan dapat memancarkan pikiran penuh kasih sayang dengan

mengucap dalam hati: "Semoga semua makhluk berbahagia." Ulangi kalimat welas asih ini sebanyak mungkin, maka makhluk halus akan menjadi tenang dan tidak menimbulkan masalah lagi.

Mahluk halus memang kadang dapat "mempengaruhi" orang di sekitarnya, baik anggota keluarganya maupun yang bukan keluarga, sehingga orang tersebut akan bertindak dan berbicara menurut keinginan makhluk tersebut. Kondisi ini sering disebut sebagai "kesurupan". Sebenarnya, istilah "kesurupan" atau "kemasukan" itu adalah istilah yang kurang tepat, mengingat tubuh manusia bukanlah seperti sebuah gelas kosong yang dapat diisi dan dimasuki suatu cairan atau benda. Istilah yang lebih sesuai dengan kenyataan ini adalah "dipengaruhi". Jadi, menghadapi orang yang sedang "dipengaruhi" makhluk halus, sebaiknya orang disekitarnya menanyakan kepada makhluk halus tersebut dengan baik-baik tentang maksud dan tujuannya. Biasanya makhluk itu akan menyampaikan sesuatu atau mengungkapkan kesulitan tertentu yang sedang dihadapinya. Kalau memang masalah yang dihadapi makhluk halus tersebut dapat dibantu, misalnya saja dengan memberitahukan keluarganya bahwa dirinya telah meninggal dunia, maka ada baiknya seorang umat Buddha dengan pikiran penuh kasih sayang berkenan membantu mereka. Dengan demikian, mereka dapat berbahagia di alam kelahiran yang sekarang dan tidak lagi berusaha "mempengaruhi" orang lagi karena masalahnya telah diselesaikan. Namun, kalau memang makhluk itu agak sulit diajak komunikasi, umat Buddha secara sendirian maupun berkelompok dapat membacakan Karaniyametta Sutta yaitu kotbah Sang Buddha tentang pemancaran cinta kasih. Sutta ini memang disampaikan oleh Sang Buddha dalam rangka memberikan pengertian kepada para makhluk halus agar tidak mengganggu manusia. Biasanya, setelah dibacakan sutta tersebut, orang yang "dipengaruhi" dapat tenang dan terbebas dari pengaruh makhluk halus.

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan serta ketenangan. Salam metta,

B. Uttamo

---

46. Dari: **Chandra Kurniawan**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, ada yg ingin saya tanyakan adalah:

1. Dibagian mana dari kitab suci Tipitaka yg menceritakan ttg seorang Brahma yg mengakui bahwa Sang Buddha Gautama ternyata lebih tinggi daripada dirinya sendiri.

2. Dibagian mana dari kitab suci Tipitaka yg menceritakan ttg murid Sang Buddha yg mempunyai kesaktian menutup matahari dgn telapak tangannya.

Dan apakah ada kumpulan2 kisah tentang murid2 Sang Buddha yg memiliki kebijaksanaan maupun kesaktian (selain Y.A Sariputra & Y.A Monggalana)

**Jawaban:**

1. Dalam KEVADDHA SUTTA dari Digha Nikaya dapat dibaca bahwa Dewa Maha Brahma yang maha kuasa, maha tinggi, maha tahu, junjungan dari semua, pencipta, pengatur, asal mula segala sesuatu, ayah dari semua yang ada dan yang akan ada ternyata mengakui pengetahuan Sang Buddha lebih tinggi dari dirinya sendiri. Sutta



yang menggemparkan ini dapat dibaca di Samaggi Phala, Tipitaka, Digha Nikaya. Selain itu, dalam *Majjhima Nikaya, Culayamaka Vagga 49, Brahmanimantanika Sutta* disebutkan bahwa Sang Buddha menceritakan kepada para bhikkhu bagaimana Beliau pergi ke Surga Brahma untuk memberi pelajaran kepada Brahma Baka, yakni salah satu alam Brahma, tentang ketidakbenaran pendapat tentang kekekalan.

2. Dari salah satu sumber Dhamma memang pernah diceritakan kemampuan seorang pertapa untuk menghentikan bergesernya matahari agar tidak terbit pada waktunya. Namun, tampaknya cerita ini bukan dari Tipitaka. Semoga hal ini dapat dimaklumi. Sedangkan kumpulan kisah murid Sang Buddha yang memiliki kebijaksanaan maupun kesaktian dapat dibaca dari:

*Siswa-Siswa Utama Sang Buddha* jilid 1 dan 2.

Penerbit: WANDANI (Wanita Theravada Indonesia)

Karena itu, apabila berminat mendapatkan buku tersebut, silahkan menghubungi pengurus Wandani di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia yang terdekat dengan domisili Anda.

Semoga informasi ini dapat memberikan manfaat.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

47. Dari: **Chandra K**, Jakarta

Namo Budhaya,

Bhante ada yg ingin saya tanyakan adalah, apakah ada kitab suci dari agama non Buddhis yg menceritakan / meramalkan kelahiran dari Pangeran Sidharta yg kelak akan mencapai Penerangan Sempurna? Jika ada, apa nama kitab suci tsb dan dari agama manakah itu? Apakah kita memiliki bukti kongkrit / tertulis yg menjelaskan hal tsb diatas?

**Jawaban:**

Karena Agama Buddha adalah termasuk agama yang cukup tua dibandingkan dengan agama-agama dunia lainnya, maka tentu saja agama yang lebih muda tidak akan bisa meramalkan datangnya Sang Buddha sebelum agamanya itu sendiri muncul di dunia.

Karena itu, mungkin dalam kesempatan ini tidak dapat diberikan bukti tertulis adanya ramalan semacam tersebut. Semoga hal ini dapat dimaklumi dan tidak mengecewakan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

48. Dari: **Subhadevi**, Surabaya

Namo Buddhaya,

Bhante, dikatakan di dalam Dhamma bahwa judi sebaiknya tidak dilakukan meskipun bukan karma buruk karena memupuk lobha. Bagaimana tentang jual beli saham, jual beli valas ? Apakah termasuk jenis judi atau termasuk perdagangan / jual beli biasa

dimana ada untung dan rugi tergantung kepandaian pelaku melihat situasi pasar ?  
Mohon Bhante berkenan menjelaskan, karena ada sebagian pendapat di dalam masyarakat bahwa jual beli saham dan valas termasuk judi maka sebaiknya tidak dilakukan.

Anumodana atas perhatiannya.

**Jawaban:**

Apabila suatu tindakan ekonomi lebih mementingkan untung-untungan yang bersifat terlalu spekulatif, maka hal ini dapat dikategorikan sebagai perjudian yang perlu dihindari oleh seorang umat Buddha. Dalam perdagangan biasa sekalipun apabila seseorang menimbun barang dan berharap persediaan di pasar menurun sehingga harga barang tersebut dapat melambung tinggi, dan pada saat itu barulah ia melepas barang ke pasar, maka keuntungan besar yang ia dapatkan dengan cara spekulasi seperti ini dapat dikategorikan sebagai hasil perjudian. Demikian pula dengan jual beli valas dan saham, selama bersifat terlalu spekulatif, maka dapat dikategorikan perjudian. Berbeda halnya kalau memang jual beli saham dan valas itu menggantungkan kepandaian pelaku dan situasi pasar, hal ini dapat dikategorikan sebagai perdagangan biasa yang dapat dilakukan oleh seorang umat Buddha. Memang, kategori pembeda antara perdagangan dan perjudian ini relatif sangat tipis. Semua tergantung motivasi atau niat awalnya melakukan suatu usaha ekonomi tersebut.

Semoga penjelasan ini dapat bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

---

49. Dari: **Franky W**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Terima kasih atas jawaban Bhante beberapa waktu yang lalu, saya ada beberapa pertanyaan lagi mohon penjelasan Bhante lebih lanjut:

1. Jika kita berdoa untuk mengharap orang lain/diri sendiri bahagia, kepada siapakah kita harus berdoa? Apakah diperbolehkan "meminta" sesuatu?
2. Beberapa minggu ini saya memulai bermeditasi yang saya lakukan setiap malam (1 kali sehari). Walau hanya 20 menit tapi rasanya lama sekali karena pikiran terus mengembara selain itu ada gangguan dari rasa gatal, kesemutan dll. Yang ingin saya tanyakan apakah perasaan "lama" & "gangguan" tsb juga terjadi pada meditator yang telah mahir? Bagaimana perasaan meditator yang telah mahir melewati detik demi detik? Apakah terasa "cepat" atau masih terasa "lama".
3. Apakah diijinkan mengirim email langsung kepada Bhante?

Terimakasih atas jawabannya.

**Jawaban:**

1. Doa dalam Agama Buddha memang bukan menjadi sarana untuk meminta-minta, melainkan untuk merenungkan kotbah Sang Buddha dan berusaha melaksanakannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, upacara ritual dalam Agama Buddha biasanya dilaksanakan dengan pembacaan paritta atau mengulang kotbah Sang

Buddha. Dengan membaca paritta dan bermeditasi, seorang umat Buddha dikatakan telah melakukan kebajikan melalui ucapan, perbuatan dan pikirannya. Kebajikan ini dapat diarahkan untuk berbuah dalam bentuk kebahagiaan yang sesuai dengan keinginannya. Pada umumnya, tekad untuk mengarahkan kebajikan itu adalah: "Semoga dengan kebaikan yang telah dilakukan sampai saat ini dapatlah membuahkan kebahagiaan dalam bentuk.....Semoga semua makhluk berbahagia." Ulangilah tekad ini beberapa kali, semoga dengan kebajikan yang telah dimiliki, segala harapan dapat tercapai. Semoga demikianlah adanya.

2. Pelaku meditasi pada tingkat awal, karena pikirannya memang belum dapat dipusatkan pada obyek, maka pada umumnya keenam indriya akan terasa sibuk. Mata, telinga, kulit, hidung, perasaan dan pikirannya tidak pernah diam dalam waktu yang relatif lama. Hal seperti ini adalah wajar. Justru tugas utama seorang pelaku meditasi adalah mengembalikan perhatian dan konsentrasi pada obyek meditasi yang telah dipilihnya. Dengan latihan rutin, disiplin dan penuh semangat, maka berbagai kesibukan enam indriya tersebut dapat dikuasai secara bertahap sehingga akhirnya batin menjadi tenang. Ketika batin telah tenang, maka meditasi sudah tidak lagi terasa lama maupun terganggu apapun juga walaupun proses meditasi telah berlangsung satu jam atau bahkan lebih.

3. Apabila ingin mengirimkan email secara langsung, hendaknya dialamatkan ke samaggi\_jaya@yahoo.com

Semoga keterangan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

50. Dari: **Lina**, Ontario, Canada

Namo Buddhaya,

Terima kasih sebelumnya untuk jawaban pertanyaan saya yg dulu.

Bhante, apakah boleh kita membuat 'altar kecil' (hanya satu patung Buddha kecil) di dalam kamar tidur? Sebab saya di sini tidak mempunyai ruangan lain yg bisa saya gunakan untuk baca paritta dan bermeditasi.

Seandainya boleh, apakah patung tersebut boleh saya letakkan di meja yg lebih rendah dari meja belajar saya?

Terima kasih.

**Jawaban:**

Sebagai seorang umat Buddha adalah merupakan kebajikan apabila dapat melakukan puja bakti secara rutin. Puja bakti sesungguhnya dapat dilaksanakan dengan mempergunakan altar maupun tanpa altar sama sekali. Memang, idealnya apabila memungkinkan, puja bakti dilakukan di depan altar sebagai alat bantu untuk merenungkan berbagai sifat luhur Sang Buddha, Sang Guru Agung.

Menyusun sebuah altar dalam satu ruangan dengan tempat yang biasa dipergunakan untuk tidur, apabila memang tidak ada alternatif lain, tentunya hal ini dapat saja dikerjakan. Biasanya, sisi dinding yang terdapat altar tersebut, diusahakan untuk tidak

ada barang lain yang lebih tinggi daripada tinggi Buddharupang. Hal ini adalah merupakan salah satu bentuk penghormatan kepada Sang Buddha. Sedangkan, pada ketiga sisi dinding yang lain bisa saja diletakkan benda yang lebih tinggi daripada arca Buddha. Oleh karena itu, meja belajar dapat tetap pada posisi sekarang apabila meja itu terletak di sisi dinding yang berbeda dengan dinding yang dipergunakan sebagai tempat altar.

Semoga dengan keterangan ini akan dapat meningkatkan semangat mengembangkan kebajikan melalui ucapan, perbuatan dan pikiran dengan sarana rajin membaca paritta dan bermeditasi.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Uttamo', is written over a horizontal line. The signature is stylized and cursive.

B. Uttamo